

Заявитель:		Меню 7				Согласовано:									
Дата: 29.09.2026		Детский сад № 100 Центрального района Волгограда				Заведующий МБОУ Матренин С.В.									
		Ясли				Сад				24 часа					
Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак															
ОБЕДНОЕ БЛЮДО (омлет)	130					150					150				
С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, ДЖЕМОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
	30					30					30				
(ПОРЦИЯМИ)	5					0					0				
КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0					50					50				
за прием пищи:	355	11,7	10,8	31,7	316	430	18,7	24,3	32,0	426,9	430	18,7	24,3	32,0	426,9
2 Завтрак															
В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200				
за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед															
ПО СЕЗОНУ(Томаты свежие)	30					50					50				
КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ЗАДЕЛКАМИ	150/15					180/25					180/25				
ПАРНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	130/20					150/30					150/30				
ПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180					180				
ПЕЧЕННЫЙ	35					40					40				
ПШЕНИЧНЫЙ	20					0					0				
за прием пищи:	550	21,3	11,9	81,4	538,4	655	25,1	15,8	85,4	606,2	655	25,1	15,8	85,4	606,2
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					150					150				
С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					200					200				
ПШЕНИЧНЫЙ	40					30					30				
ПЕЧЕНЬКА ВЕСНУШКА	0					50					0				
ДЕТСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0					0					50				
ПОТ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					0					200				
за прием пищи:	430	15,1	14,3	67,7	450,1	530	22,7	22,7	92,5	677,9	730	23,2	24,9	120,2	823,6
2 Ужин															
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
за день:		49,8	37,3	203,9	1404,6		67,5	63,0	229,5	1 794,4		73,1	69,6	264,2	2 032,6