Меню 7

Утверждаю:	Дата: 29.09.26	Согласовано:
	Детский сад № 198 Центрального района Волгограда	Заведующий Салаушина Салау ВВ

Прием пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					24 часа				
	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															
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130					150					150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
БАТОН	30					30					30				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0					0				
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0					50					50				
Итого 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	
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200				
Итого 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	
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты соленые)	30					50					50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15					180/25					180/25				
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	130/20					150/30					150/30				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	35					40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0					0				
Итого 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	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					150					150				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					200					200				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					30					30				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					50					0				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	0					0					50				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					0					200				
Итого 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	
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	
Всего 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	