

Меню 2

Утверждаю:

Дата: 4 мая 2018

Согласовано:

Детский сад № 328
Центрального района Волгограда

Заведующий
А.Н. Касимова



Ясли

Сад

24 часа

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества
Белки, г Жиры, г Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

Масса порции

Пищевые вещества
Белки, г Жиры, г Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

Масса порции

Пищевые вещества
Белки, г Жиры, г Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

Завтрак

ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130					150					150				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150					200					200				
БАТОН	40					50					50				
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(морковь отварная)	30					0					0				
Итого за прием пищи:	350	15,8	13,3	36,2	374,2	400	24,7	25,3	37,9	485,2	400	24,7	25,3	37,9	485,2

2 Завтрак

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200				
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					50					50				
СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/30					140/30				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛЯ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					20					20				
Итого за прием пищи:	510	13,1	14,5	66	455,7	650	20,6	17,7	84,9	590,8	650	20,6	17,7	84,9	590,8

Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/60					150/60					150/60				
КАКАО С МОЛОКОМ	180					200					200				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					40					40				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					20					50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0					190/10				
Итого за прием пищи:	400	17,8	17,1	64,7	456,3	470	30,5	24,5	77,0	668,0	700	32,9	27,4	69,1	832,5

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		47,5	45,7	205,9	1407,4		76,6	68,3	218,8	1 835,2		84,1	75,6	257,9	2 092,2