


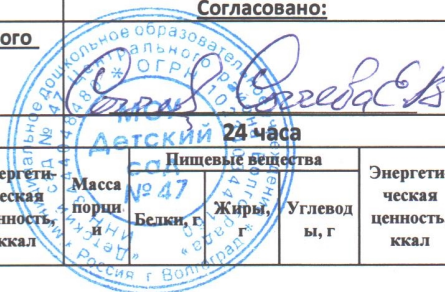


Меню 10										
Утверждаю: 		Дата: 14.03.25.				Согласовано: 				
		Детский сад № 47 Центрального района Волгограда								
Сад										
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					50				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	150					150				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					200				
БАТОН	30					30				
Итого за прием пищи:	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8
2 Завтрак										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	200					200				
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленые)	50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180					180				
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					50				
Итого за прием пищи:	670	23,9	16,4	88,4	599,9	670	23,9	16,4	88,4	599,9
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					70				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150					150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					30				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					50				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0					200				
Итого за прием пищи:	450	22,1	21,0	72,8	579,3	700	29,0	28,3	126,2	890,9
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		68,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5