



Меню 6											
Утверждаю:			Дата: 10.03.2022.				Согласовано:				
 Прием пищи, наименование блюда			Детский сад № 47 Центрального района Волгограда				 Детский сад № 47 Центрального района Волгограда				
			Сад								
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			
<b>Завтрак</b>											
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180				180						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7						
БАТОН	30				30						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10				10						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>348,0</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>348,0</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>											
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленые)	50				50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180				180						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50				140/50						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200				200						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50				50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50				50						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,0</b>	<b>90,6</b>	<b>612,4</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,0</b>	<b>90,6</b>	<b>612,4</b>	
<b>Уплотненный полдник(если и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>											
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50				150/60						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				45						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				190/10						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>467</b>	<b>24,9</b>	<b>22,1</b>	<b>88,3</b>	<b>659,3</b>	<b>702</b>	<b>27,0</b>	<b>22,9</b>	<b>111,0</b>	<b>765,4</b>	
<b>2 Ужин</b>											
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				180						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>61,2</b>	<b>47,0</b>	<b>254,7</b>	<b>1 810,9</b>		<b>68,4</b>	<b>52,2</b>	<b>284,4</b>	<b>1 909,5</b>	