

Меню 11

Утверждаю:	Дата: 17.03.2015	Согласовано:
	Детский сад № 198 Центрального района Волгограда	



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	
<b>Завтрак</b>															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	150				180					180					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				180					180					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				0					0					
БАТОН	45				0					0					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0				35/10					35/10					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,4</b>	<b>8,5</b>	<b>46,8</b>	<b>307,7</b>	<b>405</b>	<b>9,9</b>	<b>14,1</b>	<b>48,1</b>	<b>368,6</b>	<b>405</b>	<b>9,9</b>	<b>14,1</b>	<b>48,1</b>	<b>368,6</b>
<b>2 Завтрак</b>															
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110				110					110					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>	<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>	<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>
<b>Обед</b>															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты Соленые)	30				50					50					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180					
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150				150					150					
СОУС ТОМАТНЫЙ	0				30					30					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180					180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50					50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					30					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>20,1</b>	<b>10,3</b>	<b>80,2</b>	<b>515,7</b>	<b>670</b>	<b>23,9</b>	<b>11,8</b>	<b>105,8</b>	<b>648,7</b>	<b>670</b>	<b>23,9</b>	<b>11,8</b>	<b>105,8</b>	<b>648,7</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>															
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30				50					50					
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	50/30				70/50					70/50					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				150					150					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					180/10/7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				35					35					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50					50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛЯ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>487</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>79,7</b>	<b>518,5</b>	<b>602</b>	<b>23,6</b>	<b>24,6</b>	<b>98,6</b>	<b>724,1</b>	<b>802</b>	<b>23,7</b>	<b>24,6</b>	<b>127,0</b>	<b>838,1</b>
<b>2 Ужин</b>															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0					180					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</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>46,2</b>	<b>37,3</b>	<b>238,6</b>	<b>1 478,9</b>		<b>58,1</b>	<b>51,0</b>	<b>284,4</b>	<b>1 878,4</b>		<b>63,3</b>	<b>55,4</b>	<b>319,8</b>	<b>2 084,9</b>