


Утверждаю:		Дата: 19.09.20					Меню 13					Согласовано:				
 Прием пищи, наименование блюда		Детский сад № 155 Центрального района Волгограда														
		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>																
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180					180						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160				180					180						
БАТОН	50				0					0						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	0				30/5/20					30/5/20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>13,6</b>	<b>7,4</b>	<b>63,8</b>	<b>387,4</b>	<b>415</b>	<b>13,3</b>	<b>10,2</b>	<b>77,1</b>	<b>457,7</b>	<b>415</b>	<b>13,3</b>	<b>10,2</b>	<b>77,1</b>	<b>457,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>																
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180				200					200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	
<b>Обед</b>																
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы соленные)	30				50					50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180						
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30					70/30						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120				130					130						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				180					180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				50					50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					30						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>590</b>	<b>15,9</b>	<b>14,7</b>	<b>78,2</b>	<b>496,4</b>	<b>720</b>	<b>21,9</b>	<b>20,1</b>	<b>89,2</b>	<b>636,7</b>	<b>720</b>	<b>21,9</b>	<b>20,1</b>	<b>89,2</b>	<b>636,7</b>	
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>																
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50				70					70						
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	0				150					150						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					190/10						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					30						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				50					50						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0				0					200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>10,8</b>	<b>12,2</b>	<b>59,3</b>	<b>377,8</b>	<b>500</b>	<b>22,1</b>	<b>13,7</b>	<b>97,3</b>	<b>608,0</b>	<b>700</b>	<b>22,8</b>	<b>14,0</b>	<b>117,4</b>	<b>700</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>9,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>43,0</b>	<b>239,6</b>	<b>1 457,6</b>		<b>58,3</b>	<b>44,2</b>	<b>283,2</b>	<b>1 785,8</b>		<b>64,1</b>	<b>48,9</b>	<b>310,3</b>	<b>1 977,8</b>	