



Дата: 20.03.88  
 Детский сад № 155  
 Центрального района  
 Волгограда



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Ясли				Энергетическая ценность, ккал	Сад				Энергетическая ценность, ккал	24 часа				Энергетическая ценность, ккал	
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		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>																	
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50				50				50				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130				150				150				150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				190/10				190/10				
БАТОН	40				20				20				20				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>390</b>	<b>11,8</b>	<b>12,3</b>	<b>39,2</b>	<b>360,2</b>	<b>420</b>	<b>17,9</b>	<b>24,0</b>	<b>26,9</b>	<b>400,7</b>	<b>420</b>	<b>17,9</b>	<b>24,0</b>	<b>26,9</b>	<b>400,7</b>		
<b>2 Завтрак</b>																	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				200				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(Томаты соленые)	30				50				50				50				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180				180				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15				140/30				140/50				140/50				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180				180				180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				40				40				40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20				20				20				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>12,3</b>	<b>13,8</b>	<b>54,7</b>	<b>402,3</b>	<b>640</b>	<b>19,6</b>	<b>16,6</b>	<b>69,6</b>	<b>516,3</b>	<b>660</b>	<b>20,0</b>	<b>17,4</b>	<b>71,0</b>	<b>533,3</b>		
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужи(24 часа)</b>																	
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	50/30				70/30				70/30				70/30				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110				130				130				130				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				180				180				180				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				30				30				30				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50				50				50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				0				0				190/10				
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	0				0				0				50				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>19,4</b>	<b>18,6</b>	<b>104</b>	<b>646,9</b>	<b>490</b>	<b>23,4</b>	<b>21,9</b>	<b>101,5</b>	<b>718,3</b>	<b>740</b>	<b>24,6</b>	<b>24,3</b>	<b>116,9</b>	<b>807,3</b>		
<b>2 Ужи</b>																	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				0				180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>0</b>				<b>0</b>				<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,3</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>44,4</b>	<b>44,9</b>	<b>215,6</b>	<b>1 484,5</b>		<b>61,9</b>	<b>62,7</b>	<b>217,6</b>	<b>1 818,7</b>		<b>68,6</b>	<b>70,3</b>	<b>241,4</b>	<b>1 917,3</b>		