

Меню 19

Утверждаю:

Дата:

Согласовано:

Детский сад № 97 Центрального района Волгограда

Ясли

Сад

24 часа

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак															
Икра кабачковая консервированная	30					50					50				
Яичное блюдо (омлет)	130					150					150				
Чай с молоком или сливками	150					200					200				
Батон	40					30					30				
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	40,6	397	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8
2 Завтрак															
Сок в ассортименте(яблочный)	180					200					200				
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед															
Овощи по сезону	30					50					50				
Суп с макаронными изделиями на бульоне	150					180					180				
Птица, тушенная в соусе с овощами	150					150					150				
Компот из сушеных фруктов	150					200					200				
Хлеб пеклеванный	40					40					40				
Хлеб пшеничный	0					50					50				
Итого за прием пищи:	520	19,5	15,8	56,5	448,6	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, паницели рубленные	50					70					70				
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	120					150					150				
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	180/10					190/10					190/10				
Хлеб пшеничный	40					30					30				
Кондитерские изделия(печенье)	0					0					50				
Кофейный напиток с молоком	0					0					200				
Итого за прием пищи:	400	15,8	13,18	73,7	482,06	480	22,1	21,0	72,8	579,3	700	29,0	28,3	127,0	890,9
2 Ужин															
Кисломолочный продукт(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		50,5	43,8	188,5	1 402,8		68,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5