


Утверждаю:		Дата: 05.03.21				Меню 17				Согласовано:				
		Детский сад №				Центрального								
		района Волгограда												
Прием пищи, замораживание блюда * ОГРН 760200002338 *		Ясли				Сад				24 часа				
		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак														
КАША вязкая молочная (рисовая)	150				180					180				
ЧАЙ с молоком или сливками	150				180					180				
БАТОН	20				0					0				
СЫР (порциями)	5				0					0				
БУТЕРБРОД с сыром	0				30/5/10					30/5/10				
Итого за прием пищи:	355	7,7	10,4	48	321,2	405	9,8	16,2	57,0	425,4	405	9,8	16,2	57,0
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
Обед														
САЛАТ из свеклы	30				0					0				
САЛАТ из белокочанной капусты	0				50					50				
БОРИЩ на бульоне со сметаной	150/5				180/5					180/5				
ФРИКАДЕЛЬКИ в соусе (говядина)	50/30				70/30					70/30				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ отварные с маслом	110				130					130				
КИСЕЛЬ из повидла, джема, варенья	150				180					180				
ХЛЕБ пеклеваный	20				40					40				
Итого за прием пищи:	545	15,4	19,3	79,4	530,2	685	21,2	24,6	93,7	696,6	685	21,2	24,6	93,7
Уплотненный полдник (ясли и сад)/полдник и ужин (24 часа)														
ЗАПЕКАНКА из творога с соусом молочным сладким с ванилью	130/50				150/60					150/60				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (Кефир)	180				200					180/10/7				
БАТОН	40				40					45				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0				0					50				
ЧАЙ с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	0				0					190/10				
Итого за прием пищи:	400	24,4	18,8	55	563,1	450	36,7	27,4	58,5	647,3	702	35,6	27,5	110,2
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:		48,4	48,7	200,1	1 489,6		68,7	68,4	228,8	1 852,7		72,7	72,9	287,5