



Утверждаю:		Дата: 21 марта					Согласовано:									
		Детский сад № 328														
		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			
Завтрак																
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	150				180					180						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200					200						
БАТОН	45				40					40						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				10					10						
Итого за прием пищи:	350	11,3	8,7	47	313,4	430	13,7	11,4	52,8	369,6	430	13,7	11,4	52,8	369,6	
2 Завтрак																
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200				200					200						
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед																
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50					50						
СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180						
ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				150					150						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180					180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50					50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20					20						
Итого за прием пищи:	500	16,2	20,7	88,5	564,8	630	37,0	38,1	98,2	887,2	630	37,0	38,1	98,2	887,2	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50				70					70						
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110				150					150						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					180/10/7						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					35						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				0					50						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0				0					200						
Итого за прием пищи:	427	14	15,9	72,7	500,86	447	16,9	21,3	51,0	481,8	702	24,3	26,8	98,7	751,9	
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:		42,3	46,1	227,2	1 470,3		68,4	71,6	221,0	1 829,8		80,9	81,5	275,7	2 192,4	