

Меню 8											
Утверждаю:		Дата: 10.04.25				Согласовано:					
		Детский сад № 47 Центрального района Волгограда									
		Сад									
Прием пищи, наименование блюда		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	
Завтрак											
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180				180						
КАКАО С МОЛОКОМ	180				180						
БАТОН	20				20						
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)	1				1						
Итого за прием пищи:	425	18,4	14,1	54,6	420,5	425	18,4	14,1	54,6	420,5	
2 Завтрак											
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200				200						
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед											
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленые)	50				50						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5				180/5						
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150				150						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				40						
Итого за прием пищи:	622	23,4	24,0	53,7	533,4	622	23,4	24,0	53,7	533,4	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)											
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30				70/30						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130				130						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				180						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50				50						
БУЛОЧКА ВЕСУШКА	50				50						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				190/10						
Итого за прием пищи:	510	23,6	20,4	114,9	761,3	710	23,7	20,4	124,7	800,7	
2 Ужин											
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				180						
Итого за прием пищи:	0				180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:		66,2	59,3	242,2	1806,4		71,4	63,7	259,0	1 938,3	