

Утверждаю:		Дата: 15.04.25				Согласовано:				
Детский сад № 47 Центрального района Волгограда										
Сад						24 часа				
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 (МАННАЯ)	180					180				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)	1					1				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180					180				
БАТОН	20					20				
Итого за прием пищи:	425	19,3	14,2	50,3	406,6	425	19,3	14,2	50,3	406,6
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										
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60					60				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10					200/10				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80					80				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50				
Итого за прием пищи:	750	27,3	28,4	111,5	825,0	750	27,3	28,4	111,5	825,0
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50					150/60				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	200					0				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					45				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	20					50				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0					180/10/7				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					190/10				
Итого за прием пищи:	450	33,6	24,9	78,1	686,0	702	31,8	23,4	120,3	830,3
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		81,0	68,3	258,9	2 008,8		84,3	71,2	308,1	2 245,6