

Меню 14

Утверждаю:		Дата: 17.04.25				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										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50				50					
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	150				150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				190/10					
БАТОН	20				20					
Итого за прием пищи:	420	17,9	24,0	26,9	400,7	420	17,9	24,0	26,9	400,7
2 Завтрак										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	200				200					
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты соленые)	50				50					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	180				180					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/30				140/50					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20					
Итого за прием пищи:	640	19,6	16,6	69,6	516,3	660	20,0	17,4	71,0	533,3
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	70/30				70/30					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130				130					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				180					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				30					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				190/10					
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	0				50					
Итого за прием пищи:	490	23,4	21,9	101,5	718,3	740	24,6	24,3	116,9	807,6
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				180					
Итого за прием пищи:	0				180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		61,9	62,7	217,6	1 818,7		68,6	70,3	241,4	1 917,5