

Утверждаю: 		Дата: 24.04.2019		Меню 19		Согласовано: 								
		Детский сад № 155 Центрального района Волгограда												
		Ясли		Сад		24 часа								
Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества Белки, г Жиры, г Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества Белки, г Жиры, г Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал					
		Завтрак												
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50			50						
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130				150			150						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150				200			200						
БАТОН	40				30			30						
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	40,6	397	430	21,6	26,8	37,8	484,8				
		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				
		Обед												
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30				50			50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180			180						
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				150			150						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				200			200						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				40			40						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				50			50						
Итого за прием пищи:	520	19,5	15,8	56,5	448,6	670	23,9	16,4	88,4	599,9				
		Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)												
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИЦЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50				70			70						
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120				150			150						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10			190/10						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				30			30						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0				0			50						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0				0			200						
Итого за прием пищи:	400	15,8	13,18	73,7	482,06	450	22,1	21,0	72,8	579,3				
		2 Ужин												
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0			180						
Итого за прием пищи:	0				0			180	5,1	4,4	7,0	92,7		
Всего за день:		50,5	43,8	188,5	1 402,8		68,6	64,4	218,6	1 807,4	80,6	76,1	279,8	2 151,7