

Меню 19												
Утверждаю:		Дата: 24.04.18				Согласовано:						
		Детский сад № 7 Центрального района Волгограда										
		Сад				24 часа						
		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак												
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50						50					
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	150						150					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200						200					
БАТОН	30						30					
Итого за прием пищи:	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8		
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	50						50					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180						180					
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150						150					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200						200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40						40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50						50					
Итого за прием пищи:	670	23,9	16,4	88,4	599,9	670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Уплотненный полдник(исли и сад)/полдник и ужин(24 часа)												
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ЦЕНДЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70						70					
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150						150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРИНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10						190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30						30					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0						50					
КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0						200					
Итого за прием пищи:	450	22,1	21,0	72,8	379,3	700	29,0	28,3	127,0	890,9		
2 Ужин												
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0						180					
Итого за прием пищи:	0						180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		68,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5		