

| Меню 18                                                 |              |                                                 |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
|---------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Утверждаю:                                              |              | Дата :                                          |         |             |                               | Согласовано: |                  |         |             |                               |
|                                                         |              | Детский сад № 44 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 (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)                              | 180/5        |                                                 |         |             |                               | 180/5        |                  |         |             |                               |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ        | 190/10       |                                                 |         |             |                               | 190/10       |                  |         |             |                               |
| БАТОН                                                   | 25           |                                                 |         |             |                               | 25           |                  |         |             |                               |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                          | 10           |                                                 |         |             |                               | 10           |                  |         |             |                               |
| Итого за прием пищи:                                    | 420          | 12,1                                            | 9,2     | 51,2        | 337,0                         | 400          | 12,1             | 9,2     | 51,2        | 337,0                         |
| 2 Завтрак                                               |              |                                                 |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ(Яблочный)                            | 200          |                                                 |         |             |                               | 200          |                  |         |             |                               |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)                                   | 200          |                                                 |         |             |                               | 200          |                  |         |             |                               |
| Итого за прием пищи:                                    | 400          | 1,8                                             | 1,0     | 38,6        | 174,6                         | 400          | 1,8              | 1,0     | 38,6        | 174,6                         |
| Обед                                                    |              |                                                 |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                         | 50           |                                                 |         |             |                               | 60           |                  |         |             |                               |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ          | 180          |                                                 |         |             |                               | 180          |                  |         |             |                               |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                           | 150          |                                                 |         |             |                               | 150          |                  |         |             |                               |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                 | 180          |                                                 |         |             |                               | 180          |                  |         |             |                               |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                        | 30           |                                                 |         |             |                               | 30           |                  |         |             |                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 20           |                                                 |         |             |                               | 20           |                  |         |             |                               |
| Итого за прием пищи:                                    | 610          | 37,9                                            | 38,5    | 85,8        | 848,2                         | 620          | 38,0             | 39,1    | 86,6        | 857,2                         |
| 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          |                  |         |             |                               |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                           | 180/10/7     |                                                 |         |             |                               | 180/10/7     |                  |         |             |                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 20           |                                                 |         |             |                               | 20           |                  |         |             |                               |
| БУЛОЧКА ВЕСНУШКА                                        | 0            |                                                 |         |             |                               | 50           |                  |         |             |                               |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                       | 0            |                                                 |         |             |                               | 200          |                  |         |             |                               |
| Итого за прием пищи:                                    | 447          | 16,9                                            | 16,9    | 61,8        | 481,4                         | 697          | 21,0             | 19,9    | 119,8       | 756,3                         |
| 2 Ужин                                                  |              |                                                 |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)                            | 0            |                                                 |         |             |                               | 180          |                  |         |             |                               |
| Итого за прием пищи:                                    | 0            |                                                 |         |             |                               | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |
| Всего за день:                                          |              | 68,7                                            | 65,6    | 237,4       | 1 841,2                       |              | 78,0             | 73,6    | 303,2       | 2 217,6                       |