

Меню 19										
Утверждаю:		Дата :				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										
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180					180				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180					180				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15					40/5/15				
Итого за прием пищи:	420	16,6	16,8	45,3	407,7	420	16,6	16,8	45,3	407,7
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(Огурцы соленые)	50					50				
СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ	180					180				
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/50					150/50				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20				
Итого за прием пищи:	670	17,7	12,2	83,0	530,2	670	17,7	12,2	83,0	530,2
Уплотненный полдник(если и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50					150/50				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	200					190/10				
БАТОН	50					50				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					200				
Итого за прием пищи:	500	37,8	29,1	101,0	833,5	700	32,4	24,2	131,4	811,5
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		73,1	58,3	248,9	1 854,8		72,8	57,8	286,3	1 997,9