

Утверждаю: 		Дата: 06.05.20		Меню 6		Согласовано: 			
Детский сад № 153 Центрального района Волгограда		Ясли		Сад		24 часа			
Приним 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 (МАННАЯ)	150					180			
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7			
БАТОН	50					30			
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					10			
Итого за прием пищи:	365	11,2	6,4	59,5	340,7	417	12,1	8,1	56,8
2 Завтрак									
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200			
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0
Обед									
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленные)	30					50			
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180			
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/50			
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200			
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					50			
Итого за прием пищи:	540	15,3	12,9	69,2	463	720	23,4	16,0	90,6
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40					150/50			
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20			
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50			
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0			
Итого за прием пищи:	400	16	22,3	89,5	586,6	467	24,9	22,1	88,3
2 Ужин									
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0			
Итого за прием пищи:	0					0			
Всего за день:		43,3	42,4	237,2	1 481,5		61,2	47,0	254,7
							1 810,9		
		68,4	52,2	284,4	1 909,5				