

Утверждаю:		Дата: 07.05.23 Меню 8				Согласовано:									
 Прием-пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа					
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Масса порции	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150				180				180						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5				180/10/7				180/10/7						
БАТОН	50				30				30						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				10				10						
Итого за прием пищи:	365	11,2	6,4	59,5	340,7	417	12,1	8,1	56,8	348,0	417	12,1	8,1	56,8	348,0
2 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200				200				200						
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30				50				50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15				140/50				140/50						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				200				200						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50				50				50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25				50				50						
Итого за прием пищи:	540	15,3	12,9	69,2	463	720	23,4	16,0	90,6	612,4	720	23,4	16,0	90,6	612,4
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				150/60						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5				180/10/7				180/10/7						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20				45						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50				50						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				0				190/10						
Итого за прием пищи:	400	16	22,3	89,5	586,6	467	24,9	22,1	88,3	659,3	702	27,0	22,9	111,0	762,3
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180						
Итого за прием пищи:	0				0				180	5,1	4,4	7,0	9,5		
Всего за день:		43,3	42,4	237,2	1481,5		61,2	47,0	254,7	1 810,9		68,4	52,2	284,4	1 909,5