

Меню 13

Утверждаю:		Дата:				Согласовано:					
		Детский сад №				Центрального района Волгограда					
		Ясли				Сад					
Прием пищи, наименование блюда		Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак											
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150					180					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160					180					
БАТОН	50					0					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	0					30/5/20					
Итого за прием пищи:	360	13,6	7,4	63,8	387,4	415	13,3	10,2	77,1	457,7	
2 Завтрак											
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					200					
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед											
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы соленные)	30					50					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120					130					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					
Итого за прием пищи:	590	15,9	14,7	78,2	496,4	720	21,9	20,1	89,2	636,7	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)											
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					70					
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	0					150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					50					
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	500	22,1	13,7	97,3	608,0	
Всего за день:		40,6	43,0	239,6	1 457,6		58,3	44,2	283,2	1 785,8	