

Меню 17											
Утверждаю:		Дата :				Согласовано:					
		Детский сад № Центрального района Волгограда									
		Сад				24 часа					
Принем 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 вязкая молочная (рисовая)	180					180					
ЧАЙ с молоком или сливками	180					180					
БУТЕРБРОД с сыром	30/5/10					30/5/10					
Итого за прием пищи:	405	9,8	16,2	57,0	425,4	405	9,8	16,2	57,0	425,4	
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											
САЛАТ из белокочанной капусты	50					50					
БОРЩ на бульоне со сметаной	180/5					180/5					
ФРИКАДЕЛКИ в соусе (говядина)	70/30					70/30					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ отварные с маслом	130					130					
КИСЕЛЬ из повидла, джема, варенья	180					180					
ХЛЕБ пеклеваемый	40					40					
Итого за прием пищи:	685	21,2	24,6	93,7	696,6	685	21,2	24,6	93,7	696,6	
Уплотненный полдник (ясли и сад)/полдник и ужин (24 часа)											
ЗАПЕКАНКА из творога с соусом молочным сладким с ванилью	150/60					150/60					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (Кефир)	200					180/10/7					
БАТОН	40					45					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0					50					
ЧАЙ с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	0					190/10					
Итого за прием пищи:	450	36,7	27,4	58,5	647,3	702	35,6	27,5	110,2	847,2	
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	68,4	228,8	1 852,7		72,7	72,9	287,5	2 145,1	