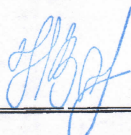
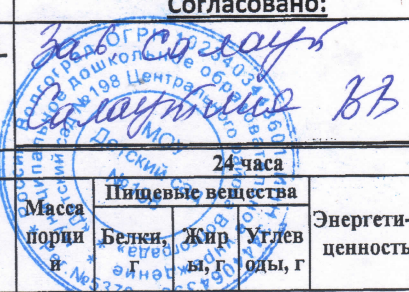


Меню 3

Утверждаю:		Дата: 25.06.2023				Согласовано:				
		Детский сад № 198 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										
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180					180				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					190/10				
БАТОН	20					20				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)	1					1				
Итого за прием пищи:	445	14,4	9,8	51,8	351,7	445	14,4	9,8	51,8	351,7
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	50					50				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10					180/10				
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20				
Итого за прием пищи:	647	16,4	12,5	72,1	487,1	647	16,4	12,5	72,1	487,1
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	60					60				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	70/30					70/30				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130					130				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					180				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					60				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					0				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0					50				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0					200				
Итого за прием пищи:	580	28,5	26,6	130,6	892,5	780	31,3	31,0	153,8	1 037,4
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		60,3	49,1	274,1	1 815,3		36,4	35,4	160,8	1 129,9