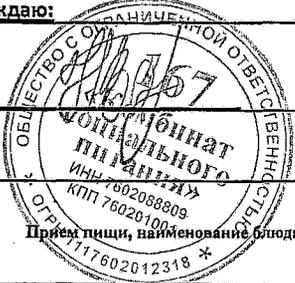
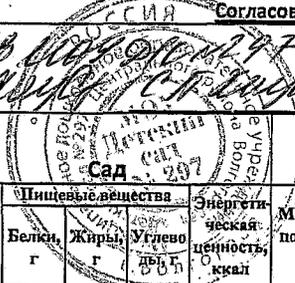


Меню 16

Утверждаю:  Дата: 14.07.2015  Согласовано:
 Детский сад № 297
 Центрального района
 Волгограда

Ясли 24 часа

Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	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			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак														
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150					180					180			
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					200					200			
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					30/5/20					30/5/20			
БАТОН	40					20					20			
Итого за прием пищи:	395	14,6	10,2	88,5	507,9	455	15,2	10,9	90,5	525,6	455	15,2	10,9	90,5

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

Обед														
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	30					50					50			
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180			
ПИЦЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150					150			
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180			
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40					40			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0					0			
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					30					0			
Итого за прием пищи:	520	19,1	16,9	50,9	436,4	630	21,7	20,6	76,1	580,7	600	19,4	17,7	53,8

Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)														
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					70					70			
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130					150			
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40					40			
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50			
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200			
Итого за прием пищи:	420	14,5	15,5	66,4	431,7	490	21,8	14,6	80,4	548,4	710	22,3	15,3	111,7

2 Ужин														
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180			
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0
Всего за день:		49,0	43,4	224,8	1 467,2		59,5	46,9	266,0	1 745,9		62,8	49,1	282,0