

Утверждаю:		Дата : 16.08.23		Меню 2		Согласовано:									
		Детский сад № 198		Зав. садом		Сад									
		Центрального района Волгограда		Сад		Сад									
Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа					
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150				180/5					180/5					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					190/10					
БАТОН	40				25					25					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0				10					10					
Итого за прием пищи:	380	9,5	5,8	53,8	303,4	420	12,1	9,2	51,2	337,0	420	12,1	9,2	51,2	337,0
2 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200				200					200					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180				200					200					
Итого за прием пищи:	380	1,7	1,0	36,7	166,3	400	1,8	1,0	38,6	174,6	400	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				50					60					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				0					0					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0				180					180					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				150					150					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180					180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				30					30					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				20					20					
Итого за прием пищи:	480	14,8	20,4	76,6	509,8	610	37,9	38,5	85,8	848,2	620	38,0	39,1	86,6	857,2
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50				70					70					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				150					150					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					180/10/7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50				50					40					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	20				20					0					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				0					50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200					
Итого за прием пищи:	437	14,4	13,8	71,1	434,9	487	20,2	13,0	76,9	514,4	707	22,1	13,9	115,0	682,2
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0					180					
Итого за прием пищи:	0				0					180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		40,4	41	238,2	1414,4		72,0	61,7	252,5	1 874,2		79,1	67,6	298,4	2 143,5