



Утверждаю:		Дата: 18.12.2015		Меню 9		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	
г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	г	
Завтрак									
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150			180			180		
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150			180			180		
БАТОН	50			30			30		
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0			10			10		
Итого за прием пищи:	350	15,1	8,7	61,8	384,7	400	17,9	12,5	59,4
2 Завтрак									
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180			200			200		
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6
Обед									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30			50			50		
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10			180/10			180/10		
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5			150			150		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150			180			180		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40			50			50		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0			20			20		
Итого за прием пищи:	515	13,5	19,5	62,3	528,9	640	26,9	19,9	86,8
Уплотненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50			150/50			150/60		
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	180			200			0		
БАТОН	40			50			0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0			0			40		
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	0			0			50		
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0			0			190/10		
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0			0			200		
Итого за прием пищи:	400	24,3	17,9	57,1	562,9	450	37,1	26,3	64,9
2 Ужин									
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0			0			180		
Итого за прием пищи:	0			0			180	5,1	4,4
Всего за день:		53,8	46,3	198,9	1491,6		82,9	58,9	230,7
									1 804,3
								87,0	62,7
								281,8	2 07