

Меню 12																	
Утверждаю:		Дата : 23.12.2023				Согласовано:											
		Детский сад № Центрального района Волгограда															
Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				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		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак																	
КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)		150				180				180							
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150				200				200							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ		30/5/20				30/5/20				30/5/20							
Итого за прием пищи:		355	11	10,1	62,2	387,2	435	13,2	11,6	73,5	457,4	435	13,2	11,6	73,5	457,4	
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	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед																	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		30				0				0							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		0				50				50							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ		150				180				180							
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		130				150				150							
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ		150				180				180							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ		20				50				50							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40				0				20							
Итого за прием пищи:		520	17,9	20,5	100,4	617,5	610	35,4	36,1	90,1	833,0	630	36,9	36,2	99,8	879,0	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																	
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		30				50				50							
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		50				70				70							
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		120				130				130							
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180				180				180							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30				40				40							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ		0				0				50							
КАКАО С МОЛОКОМ		0				0				200							
Итого за прием пищи:		410	10,8	12,2	59,3	377,8	470	16,7	15,4	69,5	506,6	720	24,4	23,6	123,2	827,7	
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:			40,6	43,0	239,6	1 457,6		66,3	63,3	252,7	1 880,4		80,6	76,0	323,1	2 340,0	