

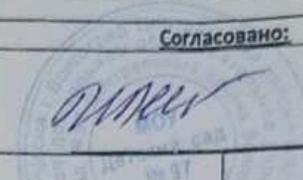
Меню 18

Утверждаю:

Дата:

Согласовано:

Детский сад № Центрального района Волгограда



Ясли

Сад

24 часа

Прием пищи, наименование блюда

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 (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				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>9,5</b>	<b>5,8</b>	<b>53,8</b>	<b>303,4</b>	<b>420</b>	<b>12,1</b>	<b>9,2</b>	<b>51,2</b>	<b>337,0</b>	<b>400</b>	<b>12,1</b>	<b>9,2</b>	<b>51,2</b>

2 Завтрак

СОК В АССОРТИМЕНТЕ (Яблочный)	180				200					200				
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (Яблоко)	200				200					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>1,7</b>	<b>1,0</b>	<b>36,7</b>	<b>166,3</b>	<b>400</b>	<b>1,8</b>	<b>1,0</b>	<b>38,6</b>	<b>174,6</b>	<b>400</b>	<b>1,8</b>	<b>1,0</b>	<b>38,6</b>

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				50					60				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	150				180					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				150					150				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40				30					30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20					20				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>17,6</b>	<b>20,7</b>	<b>94,8</b>	<b>596,6</b>	<b>610</b>	<b>37,9</b>	<b>38,5</b>	<b>85,8</b>	<b>848,2</b>	<b>620</b>	<b>38,0</b>	<b>39,1</b>	<b>86,6</b>

Уплотненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)

ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30					70/30				
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110				150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25				20					20				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				0					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>412</b>	<b>10,7</b>	<b>12,3</b>	<b>48,5</b>	<b>342,5</b>	<b>467</b>	<b>14,8</b>	<b>18,4</b>	<b>45,6</b>	<b>427,6</b>	<b>717</b>	<b>18,9</b>	<b>21,4</b>	<b>103,6</b>

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кофир)	0				0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,1</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>39,5</b>	<b>39,8</b>	<b>233,8</b>	<b>1 408,8</b>		<b>66,6</b>	<b>67,1</b>	<b>221,2</b>	<b>1 787,4</b>		<b>75,9</b>	<b>75,1</b>	<b>287,0</b>