

Утверждаю:

Меню 11

Дата:

Детский сад № 97
Центрального района Волгограда

Согласовано:



[Handwritten signature]

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	

Завтрак

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (рисовой)	150				180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				180					180				
СЫР (ПОРЦИОН)	5				0					0				
БАТОН	45				0					0				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0				35/10					35/10				
Итого за прием пищи:	350	10,4	8,5	46,8	307,7	405	9,9	14,1	48,1	368,6	405	9,9	14,1	48,1

2 Завтрак

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110				110					110				
Итого за прием пищи:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9

Обед

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Томаты Сладкие)	30				50					50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180				
МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150				150					150				
СОУС ТОМАТНЫЙ	0				130					30				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20				50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					30				
Итого за прием пищи:	520	20,1	10,3	80,2	515,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7	670	23,9	11,8	105,8

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

ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30				50					50				
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	50/30				70/50					70/50				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				35					35				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200				
Итого за прием пищи:	487	15	18	79,7	518,5	602	23,6	24,6	98,6	724,1	802	23,7	24,6	127,0

1 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:		46,2	37,3	238,6	1 478,9		58,1	51,0	284,4	1 878,4		63,3	55,4	319,8