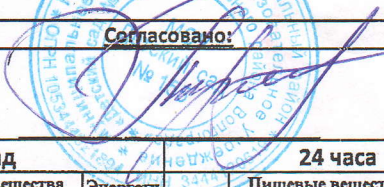


Утверждаю:	Дата: 23.12.20		Меню 12	
	Детский сад № 155 Центрального района Волгограда			
Ясли		Сад		24 часа
Масса порции Пищевые вещества Белки, Жиры, Углеводы, г Энергетическая ценность, ккал	Масса порции Пищевые вещества Белки, Жиры, Углеводы, г Энергетическая ценность, ккал	Масса порции Пищевые вещества Белки, Жиры, Углеводы, г Энергетическая ценность, ккал	Масса порции Пищевые вещества Белки, Жиры, Углеводы, г Энергетическая ценность, ккал	Масса порции Пищевые вещества Белки, Жиры, Углеводы, г Энергетическая ценность, ккал
Завтрак				
КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150		180	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		200	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	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
2 Завтрак				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180		200	
Итого за прием пищи:	180	0,9 0,2 17,7	75,1 200	1,0 0,2 19,6 83,4 200
Обед				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30		0	
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0		50	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150		180	
ПЛОВ ИЗ ПШЕНИЦЫ	130		150	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150		180	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20		50	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		0	
Итого за прием пищи:	520	17,9 20,5 100,4	617,5 610	35,4 36,1 90,1 833,0 630
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)				
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30		50	
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50		70	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120		130	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		180	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		40	
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0		0	
КАКАО С МОЛОКОМ	0		0	
Итого за прием пищи:	410	10,8 12,2 59,3	377,8 470	16,7 15,4 69,5 506,6 720
2 Ужин				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0		0	180
Итого за прием пищи:	0		0	180 5,1 4,4 7,0 9
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 34