

Меню 1

Утверждаю:

Дата:

Согласовано:

Детский сад № 47
Центрального района
Волгограда

МОУ Детский сад № 47
С. В. Солева Солева



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Ясли				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Сад				Энергетическая ценность, ккал	24 часа				Энергетическая ценность, ккал
		Пищевые вещества						Пищевые вещества					Пищевые вещества				
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак																	
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	160					180					180						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					200						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40					30/10					30/10						
Итого за прием пищи:	350	9,4	7,7	45,4	312,6	420	9,7	14,4	45,8	361,1	420	9,7	14,4	45,8	361,1		
2 Завтрак																	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200						
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1	0,2	19,6	83,4	200	1	0,2	19,6	83,4		
Обед																	
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					0					0						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180						
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					150					150						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50					50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40					20						
Итого за прием пищи:	520	23,5	21,6	60,1	531,9	650	27,7	21,8	89,9	673,1	630	26,1	21,7	79,5	62		
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																	
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130					130						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15					50					50						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200						
Итого за прием пищи:	445	14,2	15,1	77,0	491,0	530	21,0	20,5	93,3	654,8	730,0	21,1	20,5	121,7	7		
2 Ужин																	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180						
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	1		
Всего за день:		48,0	44,6	200,2	1 410,6		59,4	56,9	268,8	1 802,4		63,0	61,2	273,6	1		