

Утверждаю:	Дата :				Согласовано:										
	Детский сад № 47 Центрального района Волгограда				Директор Е. В. Сорова										
					Специалист Сорова										
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
	г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			г	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г		г	Белки, г	
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150				340,7	180				348,0	180				348
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7				
БАТОН	50					30					30				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					10					10				
Итого за прием пищи:	365	11,2	6,4	59,5	340,7	417	12,1	8,1	56,8	348,0	417	12,1	8,1	56,8	348
2 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200				91,2	200				91,2	200				91
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0		91,2	200	0,8	0,8		19,0	91,2	200	0,8	
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30				463	50				612,4	50				61
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/50					140/50				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					50					50				
Итого за прием пищи:	540	15,3	12,9	69,2	463	720	23,4	16,0	90,6	612,4	720	23,4	16,0	90,6	61
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40				586,6	150/50				659,3	150/60				702
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					45				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0					190/10				
Итого за прием пищи:	400	16	22,3	89,5	586,6	467	24,9	22,1	88,3	659,3	702	27,0	22,9	111,0	702
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				1481,5	0				1 810,9	180				190
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	
Всего за день:		43,3	42,4	237,2	1481,5		61,2	47,0	254,7	1 810,9		68,4	52,2	284,4	190