

Утверждаю:		Меню 8		Дата : 21.07.20		Согласовано:	
		Детский сад № 77		Центрального района Волгограда			
Прием пищи, наименование блюда		Сад		24 часа			
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	
Завтрак							
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180			180			
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7			180/10/7			
БАТОН	30			30			
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10			10			
Итого за прием пищи:	417	12,1	8,1	56,8	348,0	417	12,1 8,1 56,8 348,0
2 Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200			200			
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8 0,8 19,0 91,2
Обед							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50			50			
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180			180			
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50			140/50			
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			200			
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50			50			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50			50			
Итого за прием пищи:	720	23,4	16,0	90,6	612,4	720	23,4 16,0 90,6 612,4
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50			150/60			
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7			180/10/7			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20			45			
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50			50			
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0			190/10			
Итого за прием пищи:	467	24,9	22,1	88,3	659,3	702	27,0 22,9 111,0 765,4
2 Ужин							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0			180			
Итого за прием пищи:	0			180	5,1	4,4	7,0 92,5
Всего за день:		61,2	47,0	254,7	1 810,9		68,4 52,2 284,4 1 909,5