

Меню 6															
Утверждаю:		Дата:				Согласовано:									
		Детский сад №													
		Центрального района Волгограда													
Приним пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа					
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
Белки, г	Жиры, г	Углевод ды, г	Белки, г	Жиры, г			Углевод ды, г	Белки, г	Жиры, г			Углевод ды, г			
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150					180					180				
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	89,8	340,7	417	12,1	8,1	56,8	348,0	417	12,1	8,1	56,8	348,0
2 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(хблоко)	200					200					200				
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	0,8	19,0	91,2
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Отварны соевые)	30					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/50					140/50				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНИИ	50					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИИ	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	612,4
Уплотненный полдник(изюм и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40					150/50					150/60				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/ 7					180/10/ 7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНИИ	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	765,4
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНИИ ПРОДУКТ(кофеин)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		43,2	42,4	237,2	1 481,8		61,2	47,0	254,7	1 810,9		68,4	52,2	284,4	1 909,5