

Утверждаю:		Дата:		Детский сад №		Центрального района Волгограда		Согласовано:	
Меню 10		Ясли		Сад		24 часа			
Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Масса порции		Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак									
КАША КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50				
ЯБЛЧНОВ БЛЮДО (пюре)	130				150				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150				200				
БАТОН	40				30				
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	40,6	397	430	21,6	26,8	37,8
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
Обед									
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы соленые)	30				50				
СУП С МАКАРОНИМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180				
ПТИЦА, тушеная в соусе с ОВОЩАМИ	150				150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30				
Итого за прием пищи:	540	15,5	15,3	66,9	450,1	670	23,9	16,4	88,4
Удвоенный полдник (если в саду) / полдник и ужин (24 часа)									
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИЦЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ	50				70				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120				150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				30				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0				0				
КОФЕЙНЫЙ НАШТОК С МОЛОКОМ	0				0				
Итого за прием пищи:	400	15,8	15,6	73,7	487,56	450	22,1	21,0	72,8
2 Ужин									
КОСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0				0				
Итого за прием пищи:	0				0				
Всего за день:									
		46,5	45,7	198,9	1409,76		68,6	64,4	218,6