

Меню 13																			
Утверждаю:		Дата:						Согласовано:											
		Детский сад № Центрального района Волгограда																	
		Ясли						Сад						24 часа					
Привыкший, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	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			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак																			
КАША ЖИДКАЯ (пшеничная)	150					180					180								
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160					180					180								
БАТОН	50					0					0								
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	0					30/5/20					30/5/20								
Итого за прием пищи:	360	13,6	7,4	63,8	387,4	415	13,3	10,2	77,1	457,7	415	13,3	10,2	77,1	457,7				
2 Завтрак																			
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					200					200								
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4				
Обед																			
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы свежие)	30					50					50								
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180								
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30								
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120					130					130								
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180								
ХЛЕБ ПЕКАЛЕВАНЫЙ	40					50					50								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					30								
Итого за прием пищи:	590	15,9	14,7	78,2	496,4	720	21,9	20,1	89,2	636,7	720	21,9	20,1	89,2	636,7				
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																			
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					70					70								
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (рисовая)	0					150					150								
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					30								
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					50					50								
ПАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ПИЩЕВНИКА	0					0					200								
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	590	22,3	13,7	97,3	608,0	700	22,8	14,0	117,4	706,1				
2 Ужин																			
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180								
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,1				
Итого за день:			40,6	43,0	239,6	1 457,6		58,3	44,2	283,2	1 785,8		64,1	48,9	310,3	1 976,1			