

Меню 15

Утверждаю:		Дата:				Согласовано:										
		Детский сад №														
		Центрального района Волгограда														
		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
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Прием пищи, наименование блюда																
Завтрак																
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ПЕЧЕНЕВОЙ)		150					180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150					200					200				
БАТОН		45					40					40				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		5					10					10				
Итого за прием пищи:		350	11,3	8,7	47	313,4	430	13,7	11,4	52,8	369,6	430	13,7	11,4	52,8	369,6
2 Завтрак																
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)		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																
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		30					50					50				
СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ		150					180					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		130					150					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ		150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКОБЕВАННЫЙ		20					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20					20					20				
Итого за прием пищи:		500	16,2	20,7	88,5	564,8	630	37,0	38,1	98,2	887,2	630	37,0	38,1	98,2	887,2
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ		50					70					70				
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)		110					150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/10/7					180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20					30					35				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА		50					0					50				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ		0					0					200				
Итого за прием пищи:		427	14	15,9	72,7	500,86	447	16,9	21,3	51,0	481,8	702	24,3	26,8	98,7	781,9
2 Ужин																
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)		0					0					180				
Итого за прием пищи:		0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			42,3	46,1	227,2	1 470,3		68,4	71,6	221,0	1 829,8		80,9	81,5	275,7	2 192,4