

| Утверждаю:                                              |              | Дата : 24.01.20                                  |         |             |                               | Меню 12      |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               | Согласовано: |  |  |  |
|---------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|--|--|--|
|                                                         |              | Детский сад № 155 Центрального района Волгограда |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
|                                                         |              | Ясли                                             |         |             |                               | Сад          |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               | 24 часа      |  |  |  |
| Прием пищи, 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 (геркулесовая)                              | 150          |                                                  |         |             |                               | 180          |                  |         |             |                               | 180          |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                              | 150          |                                                  |         |             |                               | 200          |                  |         |             |                               | 200          |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ                         | 30/5/20      |                                                  |         |             |                               | 30/5/20      |                  |         |             |                               | 30/5/20      |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| Итого за прием пищи:                                    | 355          | 11                                               | 10,1    | 62,2        | 387,2                         | 435          | 13,2             | 11,6    | 73,5        | 457,4                         | 435          | 13,2             | 11,6    | 73,5        | 457,4                         |              |  |  |  |
| 2 Завтрак                                               |              |                                                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)                            | 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                                                    |              |                                                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                         | 30           |                                                  |         |             |                               | 0            |                  |         |             |                               | 0            |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                           | 0            |                                                  |         |             |                               | 50           |                  |         |             |                               | 50           |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ                             | 150          |                                                  |         |             |                               | 180          |                  |         |             |                               | 180          |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                           | 130          |                                                  |         |             |                               | 150          |                  |         |             |                               | 150          |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                       | 150          |                                                  |         |             |                               | 180          |                  |         |             |                               | 180          |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                        | 20           |                                                  |         |             |                               | 50           |                  |         |             |                               | 50           |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 40           |                                                  |         |             |                               | 0            |                  |         |             |                               | 20           |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| Итого за прием пищи:                                    | 520          | 17,9                                             | 20,5    | 100,4       | 617,5                         | 610          | 35,4             | 36,1    | 90,1        | 833,0                         | 630          | 36,9             | 36,2    | 99,8        | 879,0                         |              |  |  |  |
| Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа) |              |                                                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                        | 30           |                                                  |         |             |                               | 50           |                  |         |             |                               | 50           |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ                      | 50           |                                                  |         |             |                               | 70           |                  |         |             |                               | 70           |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                   | 120          |                                                  |         |             |                               | 130          |                  |         |             |                               | 130          |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                             | 180          |                                                  |         |             |                               | 180          |                  |         |             |                               | 180          |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 30           |                                                  |         |             |                               | 40           |                  |         |             |                               | 40           |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ                                    | 0            |                                                  |         |             |                               | 0            |                  |         |             |                               | 50           |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                         | 0            |                                                  |         |             |                               | 0            |                  |         |             |                               | 200          |                  |         |             |                               |              |  |  |  |
| Итого за прием пищи:                                    | 410          | 10,8                                             | 12,2    | 59,3        | 377,8                         | 470          | 16,7             | 15,4    | 69,5        | 506,6                         | 720          | 24,4             | 23,6    | 123,2       | 827,7                         |              |  |  |  |
| 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:                                          |              | 40,6                                             | 43,0    | 239,6       | 1 457,6                       |              | 66,3             | 63,3    | 252,7       | 1 880,4                       |              | 80,6             | 76,0    | 323,1       | 2 340,0                       |              |  |  |  |