

Меню 6

Утверждаю:

Дата:

16.02.2016

Согласовано:

Детский сад № 700  
Центрального района Волгограда

Заведующий № 1014  
С.В. Айрапетова

Ясли

Сад

24 часа

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>																	
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						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>365</b>	<b>11,2</b>	<b>6,4</b>	<b>59,5</b>	<b>340,7</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>348,0</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>34</b>		
<b>2 Завтрак</b>																	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>9</b>		
<b>Обед</b>																	
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленые)	30					50					50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/50					140/50						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50					50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					50					50						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,3</b>	<b>12,9</b>	<b>69,2</b>	<b>463</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,0</b>	<b>90,6</b>	<b>612,4</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,0</b>	<b>90,6</b>	<b>61</b>		
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>																	
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 ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					45						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0					190/10						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>16</b>	<b>22,3</b>	<b>89,5</b>	<b>586,6</b>	<b>467</b>	<b>24,9</b>	<b>22,1</b>	<b>88,3</b>	<b>659,3</b>	<b>702</b>	<b>27,0</b>	<b>22,9</b>	<b>111,0</b>	<b>76</b>		
<b>2 Ужин</b>																	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>4</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>43,3</b>	<b>42,4</b>	<b>237,2</b>	<b>1 481,3</b>		<b>61,2</b>	<b>47,0</b>	<b>254,7</b>	<b>1 810,9</b>		<b>68,4</b>	<b>52,2</b>	<b>284,4</b>	<b>1 90</b>		