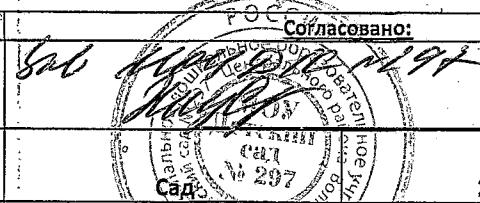




Утверждают:
Детский сад № 297
Центрального района
Волгограда

16

Согласовано:



24 часа

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Сад № 297	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Ясли

КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150						180						180	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150						200						200	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20						30/5/20						30/5/20	
БАТОН	40						20						20	
Итого за прием пищи:	395	14,6	10,2	88,5	507,9	455	15,2	10,9	90,5	525,6	455	15,2	10,9	90,5

Завтрак

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200						200						200	
Итого за прием пиши:	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

Обед

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленые)	30						50						50	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150						180						180	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150						150						150	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150						180						180	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20						40						40	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20						0						0	
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0						30						0	
Итого за прием пиши:	520	19,1	16,9	50,9	436,4	630	21,7	20,6	76,1	580,7	600	19,4	17,7	53,8

Уплотненный подник(ясли и сад)/подник и ужин(24 часа)

СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50						70						70	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110						130						150	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10						190/10						190/10	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20						40						40	
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50						50						50	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0						0						200	
Итого за прием пиши:	420	14,5	15,5	66,4	431,7	490	21,8	14,6	80,4	548,4	710	22,3	15,3	111,7

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0						0						180	
Итого за прием пиши:	0						0						180	
Всего за день:		49,0	43,4	224,8	1 467,2		59,5	46,9	266,0	1 745,9		62,8	49,1	282,0