

Меню 12

Утверждаю:

Дата:

Согласовано:

Детский сад № 77 Центрального района Волгограда

Заведующий М.В. Демидова
Директор сад № 77 Кривошеина И.И.



Сад

24 часа

Прием пищи, наименование блюда	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	
Завтрак										
КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					200				
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					30/5/20				
Итого за прием пищи:	435	13,2	11,6	73,5	457,4	435	13,2	11,6	73,5	457,4
2 Завтрак										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	200					200				
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед										
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	180					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					20				
Итого за прием пищи:	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	50					50				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70					70				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130					130				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					180				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					40				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0					50				
КАКАО С МОЛОКОМ	0					200				
Итого за прием пищи:	470	16,7	15,4	69,5	506,6	720	24,4	23,6	123,2	827,7
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		66,3	63,3	252,7	1 880,4		80,6	76,0	323,1	2 340,0