
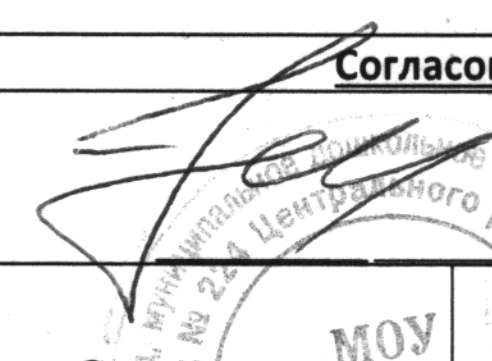


Меню 16																
Утверждаю: 			Дата: <u>30.03.16</u>				Согласовано: 									
			Детский сад № <u>224</u> Центрального района Волгограда													
Прием пищи, наименование блюда			Ясли				Сад				24 часа					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, 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		
<b>Завтрак</b>																
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					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>395</b>	<b>14,6</b>	<b>10,2</b>	<b>88,5</b>	<b>507,9</b>	<b>455</b>	<b>15,2</b>	<b>10,9</b>	<b>90,5</b>	<b>525,6</b>	<b>455</b>	<b>15,2</b>	<b>10,9</b>	<b>90,5</b>	<b>525,6</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>91,2</b>	
<b>Обед</b>																
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					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>19,1</b>	<b>16,9</b>	<b>50,9</b>	<b>436,4</b>	<b>630</b>	<b>21,7</b>	<b>20,6</b>	<b>76,1</b>	<b>580,7</b>	<b>600</b>	<b>19,4</b>	<b>17,7</b>	<b>53,8</b>	<b>455,6</b>	
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>																
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 ПОВИДЛЯ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>14,5</b>	<b>15,5</b>	<b>66,4</b>	<b>431,7</b>	<b>490</b>	<b>21,8</b>	<b>14,6</b>	<b>80,4</b>	<b>548,4</b>	<b>710</b>	<b>22,3</b>	<b>15,3</b>	<b>111,7</b>	<b>681,9</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>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>49,0</b>	<b>43,4</b>	<b>224,8</b>	<b>1 467,2</b>		<b>59,5</b>	<b>46,9</b>	<b>266,0</b>	<b>1 745,9</b>		<b>62,8</b>	<b>49,1</b>	<b>282,0</b>	<b>1 846,8</b>	