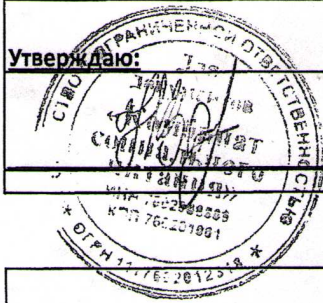


Меню 1



Дата:  
 Детский сад № 37  
 Центрального района  
 Волгограда

Согласовано  
 Заведующий МОУ Детским садом № 37  
 Л.А. Трапезникова



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Ясли				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Сад				Энергетическая ценность, ккал	24 часа			
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал			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>																
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)	160				180					180						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150				200					200						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40				30/10					30/10						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>9,4</b>	<b>7,7</b>	<b>45,4</b>	<b>312,6</b>	<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>	<b>361,1</b>	<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>	<b>361,1</b>	
<b>2 Завтрак</b>																
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				200					200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	
<b>Обед</b>																
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				0					0						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0				50					50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180						
ЖАРКОВ ПО-ДОМАШНЕМУ	150				150					150						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				180					180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20				50					50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40					20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>23,5</b>	<b>21,6</b>	<b>60,1</b>	<b>531,9</b>	<b>650</b>	<b>27,7</b>	<b>21,8</b>	<b>89,9</b>	<b>673,1</b>	<b>630</b>	<b>26,1</b>	<b>21,7</b>	<b>79,5</b>	<b>624,4</b>	
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>																
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30					70/30						
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				130					130						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					190/10						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15				50					50						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50					50						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>445</b>	<b>14,2</b>	<b>15,1</b>	<b>77,0</b>	<b>491,0</b>	<b>530</b>	<b>21,0</b>	<b>20,5</b>	<b>93,3</b>	<b>654,8</b>	<b>730,0</b>	<b>21,1</b>	<b>20,5</b>	<b>121,7</b>	<b>768,8</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>48,0</b>	<b>44,6</b>	<b>200,2</b>	<b>1 410,6</b>		<b>59,4</b>	<b>56,9</b>	<b>268,8</b>	<b>1 802,4</b>		<b>63,0</b>	<b>61,2</b>	<b>273,6</b>	<b>1 930,0</b>	