



Утверждаю:		Дата: 22.04.2016				Согласовано:								
		Детский сад № 700 Центрального района Волгограда												
		Ясли				Сад								
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	24 часа			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак														
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180				180					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160				180				180					
БАТОН	50				0				0					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	0				30/5/20				30/5/20					
Итого за прием пищи:	360	13,6	7,4	63,8	387,4	415	13,3	10,2	77,1	457,7	415	13,3	10,2	77,1
2 Завтрак														
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180				200				200					
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6
Обед														
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленые)	30				50				50					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180					
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30				70/30					
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120				130				130					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				180				180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				50				50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30				30					
Итого за прием пищи:	590	15,9	14,7	78,2	496,4	720	21,9	20,1	89,2	636,7	720	21,9	20,1	89,2
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)														
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50				70				70					
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120				150				150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30				30					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				50				50					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0				0				200					
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	500	22,1	13,7	97,3	608,0	700	22,8	14,0	117,4
2 Ужин														
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180					
Итого за прием пищи:	0				0				180	5,1	4,4	7,0		
Всего за день:		40,6	43,0	239,6	1 457,6		58,3	44,2	283,2	1 785,8		64,1	48,9	310,3