



Утверждаю: 		Дата: _____				Меню 6		Согласовано											
		Детский сад № 37 Центрального района Волгограда				Масса порции		Ясли				Сад				24 часа			
								Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал			
Принем пищи, наименование блюда		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал				
Завтрак																			
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150					180					180								
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7								
БАТОН	50					30					30								
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					10					10								
Итого за прием пищи:	365	11,2	6,4	59,5	340,7	417	12,1	8,1	56,8	348,0	417	12,1	8,1	56,8	348,0				
2 Завтрак																			
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200								
Итого за прием пищи:	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	91,2				
Обед																			
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленые)	30					50					50								
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180								
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/50					140/50								
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200								
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50					50								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					50					50								
Итого за прием пищи:	540	15,3	12,9	69,2	463	720	23,4	16,0	90,6	612,4	720	23,4	16,0	90,6	612,4				
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																			
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40					150/50					150/60								
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					45								
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50								
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДИОМ	0					0					190/10								
Итого за прием пищи:	400	16	22,3	89,5	586,6	467	24,9	22,1	88,3	659,3	702	27,0	22,9	111,0	765,4				
2 Ужин																			
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофир)	0					0					180								
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5				
Всего за день:		43,3	42,4	237,2	1 481,5		61,2	47,0	254,7	1 810,9		68,4	52,2	284,4	1 909,5				