



Утверждаю		Дата				Меню 9		Согласовано						
		Детский сад № 37 Центрального района Волгограда				Заведующий МОУ Детским садом № 37 П.А.Трапезникова								
Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа				
Масса порции	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
<b>Завтрак</b>														
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180					180				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150				180					180				
БАТОН	50				30					30				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0				10					10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>15,1</b>	<b>8,7</b>	<b>61,8</b>	<b>384,7</b>	<b>400</b>	<b>17,9</b>	<b>12,5</b>	<b>59,4</b>	<b>422,7</b>	<b>400</b>	<b>17,9</b>	<b>12,5</b>	<b>59,4</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>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>
<b>Обед</b>														
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				50					50				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10				180/10					180/10				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5				150					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				20					20				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>515</b>	<b>13,5</b>	<b>19,5</b>	<b>62,3</b>	<b>528,9</b>	<b>640</b>	<b>26,9</b>	<b>19,9</b>	<b>86,8</b>	<b>668,8</b>	<b>640</b>	<b>26,9</b>	<b>19,9</b>	<b>86,8</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>														
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50				150/50					150/60				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	180				200					0				
БАТОН	40				50					0				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				0					40				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	0				0					50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				0					190/10				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0				0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>24,3</b>	<b>17,9</b>	<b>57,1</b>	<b>562,9</b>	<b>450</b>	<b>37,1</b>	<b>26,3</b>	<b>64,9</b>	<b>663,5</b>	<b>700</b>	<b>36,1</b>	<b>25,7</b>	<b>109,0</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>53,8</b>	<b>46,3</b>	<b>198,9</b>	<b>1491,6</b>		<b>82,9</b>	<b>58,9</b>	<b>230,7</b>	<b>1 804,3</b>		<b>87,0</b>	<b>62,7</b>	<b>2 072,5</b>