



Утверждаю:		Дата: _____				Согласовано										
		Детский сад № 37 Центрального района Волгограда														
		Ясли				Сад					24 часа					
Прием пищи, размещение в блода		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал	г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал	г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
<b>Завтрак</b>																
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	150					180						180				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					180						180				
БАТОН	20					0						0				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0						0				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					30/5/10						30/5/10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>7,7</b>	<b>10,4</b>	<b>48</b>	<b>321,2</b>	<b>405</b>	<b>9,8</b>	<b>16,2</b>	<b>57,0</b>	<b>425,4</b>	<b>405</b>	<b>9,8</b>	<b>16,2</b>	<b>57,0</b>	<b>425,4</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>83,4</b>	
<b>Обед</b>																
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					0						0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50						50				
БОРЩ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/5					180/5						180/5				
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	50/30					70/30						70/30				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					130						130				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180						180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40						40				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>545</b>	<b>15,4</b>	<b>19,3</b>	<b>79,4</b>	<b>530,2</b>	<b>685</b>	<b>21,2</b>	<b>24,6</b>	<b>93,7</b>	<b>696,6</b>	<b>685</b>	<b>21,2</b>	<b>24,6</b>	<b>93,7</b>	<b>696,6</b>	
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>																
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50					150/60						150/60				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(Кефир)	180					200						180/10/7				
БАТОН	40					40						45				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					0						50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0						190/10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>24,4</b>	<b>18,8</b>	<b>55</b>	<b>563,1</b>	<b>450</b>	<b>36,7</b>	<b>27,4</b>	<b>58,5</b>	<b>647,3</b>	<b>702</b>	<b>35,6</b>	<b>27,5</b>	<b>110,2</b>	<b>847,2</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>48,4</b>	<b>48,7</b>	<b>200,1</b>	<b>1 489,6</b>		<b>68,7</b>	<b>68,4</b>	<b>228,8</b>	<b>1 852,7</b>		<b>72,7</b>	<b>72,9</b>	<b>287,5</b>	<b>2 145,1</b>	