



Меню 9															
Утверждаю:				Дата: 16.04.20				Согласовано:							
				Детский сад № 155											
				Центрального района Волгограда											
				Ясли				Сад							
Принем пищи, наименование блюда				Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		24 часа		Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150					180						180			
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150					180						180			
БАТОН	50					30						30			
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10						10			
Итого за прием пищи:	350	15,1	8,7	61,8	384,7	400	17,9	12,5	59,4	422,7	400	17,9	12,5	59,4	422,7
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	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	83,4
Обед															
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			
Итого за прием пищи:	515	13,5	19,5	62,3	528,9	640	26,9	19,9	86,8	668,8	640	26,9	19,9	86,8	668,2
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
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			
Итого за прием пищи:	400	24,3	17,9	57,1	562,9	450	37,1	26,3	64,9	663,5	700	36,1	25,7	109,0	839,2
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0						180			
Итого за прием пищи:	0					0						180	5,1	4,4	7,0
Всего за день:		53,8	46,3	198,9	1491,6		82,9	58,9	230,7	1 804,3		87,0	62,7	281,8	2 072,5