

**Меню 1**

Утверждаю:

Дата:

*04.05.20*

Согласовано:



**Детский сад № 155  
Центрального района  
Волгограда**

**Ясли**

**Сад**

**24 часа**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

**Завтрак**

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)	160				180				180						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150				200				200						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40				30/10				30/10						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>9,4</b>	<b>7,7</b>	<b>45,4</b>	<b>312,6</b>	<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>	<b>361,1</b>	<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>	<b>361,1</b>

**2 Завтрак**

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</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>

**Обед**

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				0				0						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0				50				50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180						
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150				150				150						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50				50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40				20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>23,5</b>	<b>21,6</b>	<b>60,1</b>	<b>531,9</b>	<b>650</b>	<b>27,7</b>	<b>21,8</b>	<b>89,9</b>	<b>673,1</b>	<b>630</b>	<b>26,1</b>	<b>21,7</b>	<b>79,5</b>	<b>624,4</b>

**Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)**

ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30				70/30						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				130				130						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				190/10						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15				50				50						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50				50						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>445</b>	<b>14,2</b>	<b>15,1</b>	<b>77,0</b>	<b>491,0</b>	<b>530</b>	<b>21,0</b>	<b>20,5</b>	<b>93,3</b>	<b>654,8</b>	<b>730,0</b>	<b>21,1</b>	<b>20,5</b>	<b>121,7</b>	<b>768,8</b>

**2 Ужин**

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>48,0</b>	<b>44,6</b>	<b>200,2</b>	<b>1 410,6</b>		<b>59,4</b>	<b>56,9</b>	<b>268,8</b>	<b>1 802,4</b>		<b>63,0</b>	<b>61,2</b>	<b>273,6</b>	<b>1 930,2</b>