



Утверждаю:		Дата: 11.06.2016				Меню 9				Согласовано:					
		Детский сад № 100				Центрального района Волгограда									
		Ясли				Сад				24 часа					
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		г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		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	17,1	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	92,5	
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