
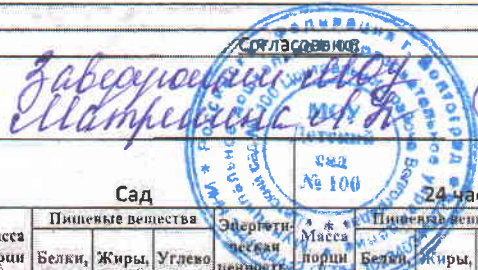


Утверждаю:		Дата: <u>23.06.2016</u> Меню 16				Согласовано:										
		Детский сад № <u>100</u> Центрального района Волгограда														
		Ясли				Сад										
Приним пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	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		
<b>Завтрак</b>																
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180				180							
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200				200							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				30/5/20				30/5/20							
БАТОН	40				20				20							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>395</b>	<b>14,6</b>	<b>10,2</b>	<b>88,5</b>	<b>507,9</b>	<b>455</b>	<b>15,2</b>	<b>10,9</b>	<b>90,5</b>	<b>525,6</b>	<b>455</b>	<b>15,2</b>	<b>10,9</b>	<b>90,5</b>	<b>525,6</b>	
<b>2 Завтрак</b>																
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200				200				200							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>																
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	30				50				50							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180							
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				150				150							
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	150				180				180							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				40				40							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				0				0							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0				30				0							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>19,1</b>	<b>16,9</b>	<b>50,9</b>	<b>436,4</b>	<b>630</b>	<b>21,7</b>	<b>20,6</b>	<b>76,1</b>	<b>580,7</b>	<b>600</b>	<b>19,4</b>	<b>17,7</b>	<b>53,8</b>	<b>455,6</b>	
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/подник и ужин(24 часа)</b>																
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50				70				70							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				130				150							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				190/10							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40				40							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50				50							
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>14,5</b>	<b>15,5</b>	<b>66,4</b>	<b>431,7</b>	<b>490</b>	<b>21,8</b>	<b>14,6</b>	<b>80,4</b>	<b>548,4</b>	<b>710</b>	<b>22,3</b>	<b>15,3</b>	<b>111,7</b>	<b>681,9</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>49,0</b>	<b>43,4</b>	<b>224,8</b>	<b>1 467,2</b>		<b>59,5</b>	<b>46,9</b>	<b>266,0</b>	<b>1 745,9</b>		<b>62,8</b>	<b>49,1</b>	<b>282,0</b>	<b>1 846,8</b>	