


Меню 16

|  |  |  |
|--|--|--|
| Утверждаю:   | Дата :   | Согласовано:   |
|  <p>Комбинат<br/>Федерального<br/>питания»<br/>ИНН 7602088809<br/>КПП 760201001<br/>* 1117602*</p> | <p>Детский сад № 47<br/>Центрального района<br/>Волгограда</p> | <p>Заведующий МОУ Д.К. № 47<br/>С.В. Ланева<br/>Солнцева</p> |
|  | <p>Ясли</p>  | <p>24 часа</p>   |

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

| Завтрак                         |            |             |             |             |              |            |             |             |             |              |            |             |             |             |              |
|---------------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| 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> |

| 2 Завтрак                   |            |            |            |             |             |            |            |            |             |             |            |            |            |             |             |
|-----------------------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|
| 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> |

| Обед   |            |             |             |             |              |            |             |             |             |              |            |             |             |             |              |
|--|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| 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 СУШЕНЫХ 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> |

| Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа) |            |             |             |             |              |            |             |             |             |              |            |             |             |              |              |
|---|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| 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> |

| 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>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> |