


Меню 19

Утверждаю:	Дата :	Согласовано:
	Детский сад № 47 Центрального района Волгограда	Заведующий МОУ Д.с.п.47 С.В. Савельева

Прием пищи, наименование блюда	Ясли				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Сад				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	24 часа			
	Пищевые вещества			Белки, г			Жиры, г	Углеводы, г	Пищевые вещества				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50					50				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО ( омлет)	130					150					150				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					200				
БАТОН	40					30					30				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>14,3</b>	<b>14,6</b>	<b>40,6</b>	<b>397</b>	<b>430</b>	<b>21,6</b>	<b>26,8</b>	<b>37,8</b>	<b>484,8</b>	<b>430</b>	<b>21,6</b>	<b>26,8</b>	<b>37,8</b>	<b>484,8</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>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>

Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы свежие)	30					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					50					50				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>19,5</b>	<b>15,8</b>	<b>56,5</b>	<b>448,6</b>	<b>670</b>	<b>23,9</b>	<b>16,4</b>	<b>88,4</b>	<b>599,9</b>	<b>670</b>	<b>23,9</b>	<b>16,4</b>	<b>88,4</b>	<b>599,9</b>

Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					70					70				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					150					150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					30					30				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					0					50				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0					0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>15,8</b>	<b>13,18</b>	<b>73,7</b>	<b>482,06</b>	<b>450</b>	<b>22,1</b>	<b>21,0</b>	<b>72,8</b>	<b>579,3</b>	<b>700</b>	<b>29,0</b>	<b>28,3</b>	<b>127,0</b>	<b>800,16</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>90,0</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>50,5</b>	<b>43,8</b>	<b>188,5</b>	<b>1 402,8</b>		<b>68,6</b>	<b>64,4</b>	<b>218,6</b>	<b>1 807,4</b>		<b>80,6</b>	<b>76,1</b>	<b>279,8</b>	<b>2 190,16</b>