

Меню 20

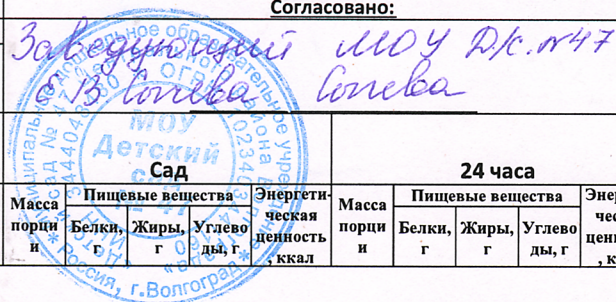
Утверждаю:

Дата:

Согласовано:



Детский сад № 47 Центрального района Волгограда



Ясли

24 часа

Принят 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

КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180					180					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160				200					200					
БАТОН	40				50					50					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				0					0					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>13,6</b>	<b>8,1</b>	<b>61,9</b>	<b>373,7</b>	<b>430</b>	<b>15,2</b>	<b>8,1</b>	<b>78,5</b>	<b>447,5</b>	<b>430</b>	<b>15,2</b>	<b>8,1</b>	<b>78,5</b>	<b>447,5</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

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50					50					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180					
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50				70					70					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110				130					130					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180					180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				40					40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25				30					30					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>535</b>	<b>15,8</b>	<b>19</b>	<b>92,9</b>	<b>593,96</b>	<b>680</b>	<b>24,5</b>	<b>28,4</b>	<b>112,6</b>	<b>816,1</b>	<b>680</b>	<b>24,5</b>	<b>28,4</b>	<b>112,6</b>	<b>816,1</b>

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

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты свежие)	40				50					50					
ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА" С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/30				0					0					
ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	0				140/50					140/50					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					30					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0				0					50					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0				0					200					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>12</b>	<b>11,8</b>	<b>51,2</b>	<b>375,7</b>	<b>470</b>	<b>15,2</b>	<b>14,0</b>	<b>49,6</b>	<b>407,5</b>	<b>720</b>	<b>22,0</b>	<b>21,4</b>	<b>102,4</b>	<b>713</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</b>

<b>Всего за день:</b>		<b>41,4</b>	<b>39,8</b>	<b>218,0</b>	<b>1 407,0</b>		<b>53,6</b>	<b>52,8</b>	<b>243,5</b>	<b>1 808,5</b>		<b>65,5</b>	<b>64,6</b>	<b>303,3</b>	<b>2 106</b>
-----------------------	--	-------------	-------------	--------------	----------------	--	-------------	-------------	--------------	----------------	--	-------------	-------------	--------------	--------------