Меню 10

Утверждаю: «Комбинат социального питания» ИНН 7602088809 ОГРН 1117602012318

Дата : _____

Детский сад № 47 Центрального района Волгограда

Согласовано: Заведующий МОУ Д/с №47 Сотова

Прием пищи, наименование блюда	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
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			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				
Итого за прием пищи:	**350**	**14,3**	**14,6**	**40,6**	**397**	**430**	**21,6**	**26,8**	**37,8**	**484,8**	**430**	**21,6**	**26,8**	**37,8**	**484,8**
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															
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	20					50					50				
Итого за прием пищи:	**540**	**15,5**	**15,3**	**66,9**	**450,1**	**670**	**23,9**	**16,4**	**88,4**	**599,9**	**670**	**23,9**	**16,4**	**88,4**	**599,9**
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				
Итого за прием пищи:	**400**	**15,8**	**15,6**	**73,7**	**487,56**	**450**	**22,1**	**21,0**	**72,8**	**579,3**	**700**	**29,0**	**28,3**	**126,2**	**890,9**
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:		**46,5**	**45,7**	**198,9**	**1409,76**		**68,6**	**64,4**	**218,6**	**1 807,4**		**80,6**	**76,1**	**279,8**	**2 151,5**