

Меню 15														
Утверждаю:					Дата : 14.06.16					Согласовано:				
					Детский сад № 155									
					Центрального района Волгограда									
					Ясли					Сад				
										24 часа				
 Прием пищи, наименование блюда					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	
Завтрак														
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)					150				180				180	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ					150				200				200	
БАТОН					45				40				40	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)					5				10				10	
Итого за прием пищи:					350	11,3	8,7	47	313,4	430	13,7	11,4	52,8	369,6
2 Завтрак														
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)					200				200				200	
Итого за прием пищи:					200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед														
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ					30				50				50	
СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ					150				180				180	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ					130				150				150	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ					150				180				180	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ					20				50				50	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					20				20				20	
Итого за прием пищи:					500	16,2	20,7	88,5	564,8	630	37,0	38,1	98,2	887,2
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)														
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ					50				70				70	
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)					110				150				150	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ					180/10/7				180/10/7				180/10/7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					20				30				35	
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА					50				0				50	
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ					0				0				200	
Итого за прием пищи:					427	14	15,9	72,7	500,86	447	16,9	21,3	51,0	481,8
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:						42,3	46,1	227,2	1 470,3		68,4	71,6	221,0	1 829,8 80,9 81,5 275,7 2 192,4