

Утверждаю:		Дата:				Согласовано:									
Детский сад № 315 Центрального района Волгограда															
Ясли		24 часа													
Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал									
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г								
Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (рисовой)	150			180			180								
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150			180			180								
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5			0			0								
БАТОН	45			0			0								
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0			35/10			35/10								
Итого за прием пищи:	350	10,4	8,5	46,8	307,7	405	9,9	14,1	48,1	368,6	405	9,9	14,1	48,1	368,6
2 Завтрак															
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110				110				110						
Итого за прием пищи:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты Соленые)	30				50				50						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180						
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150				150				150						
СОУС ТОМАТНЫЙ	0				30				30						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50				50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30				30						
Итого за прием пищи:	520	20,1	10,3	80,2	515,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30				50				50						
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	50/30				70/50				70/50						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				150				150						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7				180/10/7						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				35				35						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50				50						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200						
Итого за прием пищи:	487	15	18	79,7	518,5	602	23,6	24,6	98,6	724,1	802	23,7	24,6	127,0	838
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180						
Итого за прием пищи:	0				0				180			5,1	4,4	7,0	92
Всего за день:		46,2	37,3	238,6	1 478,9		58,1	51,0	284,4	1 878,4		63,3	55,4	319,8	2 084

Всего за день:	46,2	37,3	238,6	1 478,9	58,1	51,0	284,4	1 878,4	63,3	55,4	319,8	2 084,
----------------	------	------	-------	---------	------	------	-------	---------	------	------	-------	--------