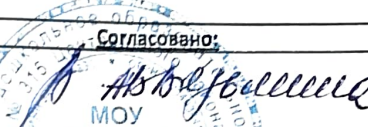


Меню 12

Утверждаю:	Дата:	Согласовано:
	Детский сад № 315 Центрального района Волгограда	 МОУ
Прямая печать, наименование блюда	Ясли	Сад
Масса порция	Пищевые вещества Белки, Жиры, Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Масса порция	Пищевые вещества Белки, Жиры, Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Масса порция	Пищевые вещества Белки, Жиры, Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Масса порция	Пищевые вещества Белки, Жиры, Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал

Завтрак

КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150					180						180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					200						200				
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					30/5/20						30/5/20				
Итого за прием пищи:	355	11	10,1	62,2	387,2	435	13,2	11,6	73,5	457,4	435	13,2	11,6	73,5	457,4	

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

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					0						0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50						50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					180						180				
ПЛОВ ИЗ ПИЩЕЦЫ	130					150						150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180						180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50						50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0						20				
Итого за прием пищи:	520	17,9	20,5	100,4	617,5	610	35,4	36,1	90,1	833,0	630	36,9	36,2	99,8	879,0	

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

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50						50				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50					70						70				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					130						130				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ПИГОВНИКА	180					180						180				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					40						40				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0					0						50				
КАКАО С МОЛОКОМ	0					0						200				
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	470	16,7	15,4	69,5	506,6	720	24,4	23,6	123,2	827,1	

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0						180				
Итого за прием пищи:	0					0						180	5,1	4,4	7,0	92,4
Всего за день:		40,6	43,0	239,6	1 457,6		66,3	63,3	252,7	1 880,4		80,6	76,0	323,1	2 340,0	