

Меню 14												
Утверждаю:		Дата : 16.07.2016					Согласовано:					
«Комбинат социального питания» ИНН 7602088809 КПП 760201001 ОГРН 1117602012318		Детский сад № 71 Центрального района Волгограда					МОУ «Росинское дошкольное учреждение «Центральный детский сад № 71»					
Прием пищи, наименование блюда		Сад					24 часа					
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.												
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50				50							
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	150				150							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				190/10							
БАТОН	20				20							
Итого за прием пищи:	420	17,9	24,0	26,9	400,7	420	17,9	24,0	26,9	400,7		
2 Завтрак												
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	200				200							
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед												
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты свежие)	50				50							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	180				180							
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/30				140/50							
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				180							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				40							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20							
Итого за прием пищи:	640	19,6	16,6	69,6	516,3	660	20,0	17,4	71,0	533,3		
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)												
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	70/30				70/30							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130				130							
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				180							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				30							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				190/10							
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	0				50							
Итого за прием пищи:	490	23,4	21,9	101,5	718,3	740	24,6	24,3	116,9	807,6		
2 Ужин												
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				180							
Итого за прием пищи:	0				180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Всего за день:		61,9	62,7	217,6	1 818,7		68,6	70,3	241,4	1 917,5		