

Утверждаю:		Дата: 19.08.2016		Меню 18		Согласовано:			
Детский сад № 700 Центрального района Волгограда		Заведующий: М.А. Шаймуретова							
Если		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															
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150					180/5					180/5				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
БАТОН	40					25					25				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10					10				
Итого за прием пищи:	380	9,5	5,8	53,8	303,4	420	12,1	9,2	51,2	337,0	400	12,1	9,2	51,2	

СОК В АССОРТИМЕНТЕ(Яблочный)	180					200					200				
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200					200					200				
Итого за прием пищи:	380	1,7	1,0	36,7	166,3	400	1,8	1,0	38,6	174,6	400	1,8	1,0	38,6	

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30		50		60									
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	150		180		180									
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130		150		150									
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150		180		180									
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40		30		30									
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		20		20									
Итого за прием пищи:	520	17,6	20,7	94,8	596,6	610	37,9	38,5	85,8	848,2	620	38,0	39,1	86,6

ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110					150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/ 7					180/10/ 7					180/10/ 7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					20					20				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					0					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	412	10,7	12,3	48,5	342,5	467	14,8	18,4	45,6	427,6	717	18,9	21,4	103,6	

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180			
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0
Всего за день:		39,5	39,8	233,8	1 408,8		66,6	67,1	221,2	1 787,4		75,9	75,1	287,0