

Утверждаю:		Дата : <u>11.08.20</u>		Согласовано:	
		Детский сад № <u>155</u> Центрального района Волгограда			
Ясли		Сад		24 часа	
Масса порции	Пищевые вещества Белки, Жиры, Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества Белки, Жиры, Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Прием пищи, наименование блюда					
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150		180		180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160		200		200
БАТОН	40		50		50
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5		0		0
Итого за прием пищи:	355	13,6 8,1 61,9 373,7	430	15,2 8,1 78,5 447,5	430 15,2 8,1 78,5 447,5
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	200 0,8 0,8 19,0 91,2
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30		50		50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150		180		180
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50		70		70
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110		130		130
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150		180		180
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20		40		40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25		30		30
Итого за прием пищи:	535	15,8 19 92,9 593,96	680	24,5 28,4 112,6 816,1	680 24,5 28,4 112,6 816,1
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)					
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты свежие)	40		50		50
ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА" С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/30		0		0
ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	0		140/50		140/50
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10		190/10		190/10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		30		30
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0		0		50
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0		0		200
Итого за прием пищи:	400	12 11,8 51,2 375,7	470	15,2 14,0 49,6 407,5	720 22,0 21,4 102,4 713,3
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:		41,4 39,8 218,0 1 407,0		53,6 52,8 243,5 1 808,5	65,5 64,6 303,3 2 106,8