

Утверждаю:		Дата: 16.02.2016				Согласовано:				
Детский сад № 155		Центрального района Волгограда								
Ясли		Сад				24 часа				
Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	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	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак										
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	150		180			180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150		200			200				
БАТОН	45		40			40				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5		10			10				
Итого за прием пищи:	350	11,3	8,7	47	313,4	430	13,7	11,4	52,8	369,6
2 Завтрак										
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200				200					
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50					
СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				150					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20					
Итого за прием пищи:	500	16,2	20,7	88,5	564,8	630	37,0	38,1	98,2	887,2
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50				70					
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110				150					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				0					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0				0					
Итого за прием пищи:	427	14	15,9	72,7	500,86	447	16,9	21,3	51,0	481,8
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0					
Итого за прием пищи:	0				0					
Всего за день:		42,3	46,1	227,2	1 470,3		68,4	71,6	221,0	1 829,8