

Дата : 11.09.2016		Меню 15		Согласовано:								
Детский сад № 100		Центрального района Волгограда		Заведующий МБОУ Матренина А.Н. [подпись]								
Ясли		Сад		24 часа								
Принем пищи, наименование блюда	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												
МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	150			180			180					
КОФЕ С МОЛОКОМ	150			200			200					
Чай	45			40			40					
(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	430	13,7
2 Завтрак												
КОФЕ СВЕЖЕГО (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
Обед												
КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30			50			50					
С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ	150			180			180					
С ПТИЦЫ	130			150			150					
СЛИВ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150			180			180					
С НЕКЛЕВАННЫМИ	20			50			50					
С ПШЕНИЧНЫМИ	20			20			20					
Итого за прием пищи:	500	16,2	20,7	88,5	564,8	630	37,0	38,1	98,2	887,2	630	37,0
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)												
ПЕЧЕНЬЕ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50			70			70					
ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТА)	110			150			150					
С ЛИМОНОМ	180/10/7			180/10/7			180/10/7					
С ПШЕНИЧНЫМИ	20			30			35					
ПЕЧЕНЬЕ ВЕСНУШКА	50			0			50					
С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0			0			200					
Итого за прием пищи:	427	14	15,9	72,7	500,86	447	16,9	21,3	51,0	481,8	702	24,3
2 Ужин												
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0			0			180					
Итого за прием пищи:	0			0			180			5,1	4,4	7,0
Итого за день:		42,3	46,1	227,2	1 470,3		68,4	71,6	221,0	1 829,8		80,9