

Меню 19											
Утверждаю:	Дата : _____					Согласовано: _____					
					Детский сад № 47 Центрального района Волгограда						
					Ясли					24 часа	
Прием пищи, наименование блюда	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	30					50					
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130					150					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					
БАТОН	40					30					
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	40,6	397	430	21,6	26,8	37,8	484,8	
2 Завтрак											
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед											
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы свежие)	30					50					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					50					
Итого за прием пищи:	520	19,5	15,8	56,5	448,6	670	23,9	16,4	88,4	599,9	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)											
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					70					
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					30					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					50					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0					200					
Итого за прием пищи:	400	15,8	13,18	73,7	482,06	700	29,0	28,3	127,0	890,9	
2 Ужин											
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180					
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		50,5	43,8	188,5	1 402,8		80,6	76,1	279,8	2 151,5	