

Меню 2													
Утверждаю:		Дата : _____				Согласовано: _____							
		Детский сад № 47 Центрального района Волгограда				Заведующий МОУ Д/С № 47 Волгоград							
Ясли													
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													
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150					180/5							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10							
БАТОН	40					25							
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10							
Итого за прием пищи:	380	9,5	5,8	53,8	303,4	420	12,1	9,2	51,2	337,0			
2 Завтрак													
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200							
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					200							
Итого за прием пищи:	380	1,7	1,0	36,7	166,3	400	1,8	1,0	38,6	174,6			
Обед													
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					60							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					0							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0					180							
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150							
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					30							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					20							
Итого за прием пищи:	480	14,8	20,4	76,6	509,8	620	38,0	39,1	86,6	857,2			
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)													
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					70							
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					150							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					40							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	20					0							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					50							
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					200							
Итого за прием пищи:	437	14,4	13,8	71,1	434,9	707	22,1	13,9	115,0	682,2			
2 Ужин													
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180							
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Всего за день:		40,4	41	238,2	1414,4		79,1	67,6	298,4	2 143,5			