

Меню 4													
Утверждаю:		Дата :				Согласовано:							
		Детский сад № 47 Центрального района Волгограда				Заведующий МОУ Д/С № 47 Е.И. Ковалева							
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													
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	150					180							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7							
БАТОН	50					0							
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					40/5/15							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200							
Итого за прием пищи:	565	10,3	7,9	64,2	375,4	637	12,7	13,7	63,6	440,5			
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(Томаты свежие)	30					60							
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					0							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0					180							
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					130							
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20							
Итого за прием пищи:	560	16,1	14,4	84,1	521,6	730	24,7	21,2	99,3	701,6			
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)													
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50					70							
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					0							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0					180/10/7							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0							
БАТОН	0					45							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					50							
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					200							
Итого за прием пищи:	420	14	14,4	72,8	460,8	692	21,9	19,8	121,1	756,8			
2 Ужин													
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180							
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Всего за день:		41,3	36,9	238,8	1432,9		65,4	59,3	310,6	2 074,8			