Меню 5

Утверждаю:

Дата :_____

Детский сад № 47 Центрального района Волгограда

Согласовано:

Заведующий МОУ Д/с №47

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										
КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					200				
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					30/5/20				
Итого за прием пищи:	**355**	**11**	**10,1**	**62,2**	**387,2**	**435**	**13,2**	**11,6**	**73,5**	**457,4**
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										
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					20				
Итого за прием пищи:	**520**	**17,9**	**20,5**	**100,4**	**617,5**	**630**	**36,9**	**36,2**	**99,8**	**879,0**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50					70				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					130				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					180				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					40				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					50				
КАКАО С МОЛОКОМ	0					200				
Итого за прием пищи:	**410**	**10,8**	**12,2**	**59,3**	**377,8**	**720**	**24,4**	**23,6**	**123,2**	**827,7**
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
Итого за прием пищи:	**0**					**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:		**40,6**	**43**	**239,6**	**1457,6**		**80,6**	**76,0**	**323,1**	**2 340,0**