

Меню 7												
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
		и	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		и		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак												
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130					150						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10						
БАТОН	30					30						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0					50						
Итого за прием пищи:	355	11,7	10,8	31,7	316	430	18,7	24,3	32,0	426,9		
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					50						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15					180/25						
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	130/20					150/30						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	35					40						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0						
Итого за прием пищи:	550	21,3	11,9	81,4	538,4	655	25,1	15,8	85,4	606,2		
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)												
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					150						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					200						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					30						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					0						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0					50						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					200						
Итого за прием пищи:	430	15,1	14,3	67,7	450,1	730	23,2	24,9	120,2	823,6		
2 Ужин												
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180						
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:		49,8	37,3	203,9	1404,6		73,1	69,6	264,2	2 032,6		