

Меню 1

Утверждаю:

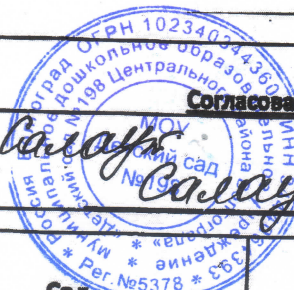


Дата: 21.09.2018

Детский сад № 798
Центрального района
Волгограда

Согласовано:

Зав. садом
Самарина ВВ



Ясли

Сад

24 часа

Прим пищи, наименование блюда

Масса
порции

Пищевые вещества

Белки,
г

Жиры,
г

Углево-
ды, г

Энергет
ическая
ценность
, ккал

Масса
порции

Пищевые вещества

Белки,
г

Жиры,
г

Углево-
ды, г

Энергет
ическая
ценность
, ккал

Масса
порции

Пищевые вещества

Белки,
г

Жиры,
г

Углево-
ды, г

Энер-
гетичес-
кая цен-
ность, к

Завтрак

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ)	160					180						180				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200						200				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40					30/10						30/10				
Итого за прием пищи:	350	9,4	7,7	45,4	312,6	420	9,7	14,4	45,8	361,1	420	9,7	14,4	45,8	361,1	420

2 Завтрак

СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180					200						200				
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1	0,2	19,6	83,4	200	1	0,2	19,6	83,4	200

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					0						0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50						50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180						180				
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					150						150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180						180				
ХЛЕБ ПЕКЛИВАННЫЙ	20					50						50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40						20				
Итого за прием пищи:	520	23,5	21,6	60,1	531,9	650	27,7	21,8	89,9	673,1	630	26,1	21,7	79,5	62	62

Уплотненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)

ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30						70/30				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130						130				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10						190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15					50						50				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50						50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0						200				
Итого за прием пищи:	445	14,2	15,1	77,0	491,0	530	21,0	20,5	93,3	634,8	730,0	21,1	20,5	121,7	768	768

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0						180				
Итого за прием пищи:	0					0						180	5,1	4,4	7,0	92
Всего за день:		48,0	44,6	200,2	1 410,6		59,4	56,9	268,8	1 802,4		63,0	61,2	273,6	1 938	1 938