

Утверждаю:		Меню 19 Дата : 15.10.16				Согласовано:				
		Детский сад № 71 Центрального района Волгограда								
Прием пищи, наименование блюда		Сад				24 часа				
Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	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	и		
Завтрак										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50				50					
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	150				150					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200				200					
БАТОН	30				30					
Итого за прием пищи:	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8
2 Завтрак										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	200				200					
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	50				50					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180				180					
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				150					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200				200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50				50					
Итого за прием пищи:	670	23,9	16,4	88,4	599,9	670	23,9	16,4	88,4	599,9
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70				70					
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150				150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				30					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0				50					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0				200					
Итого за прием пищи:	450	22,1	21,0	72,8	579,3	700	29,0	28,3	127,0	890,9
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				180					
Итого за прием пищи:	0				180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		68,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5