Меню 18

Утверждаю:

Дата : _____

Согласовано:

Детский сад № 47 Центрального района Волгограда

Заведующий МОУ Детский сад № 47 Центрального района Г. Волгограда Е.В. Сысоева

Ясли **24 часа**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак										
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150					180/5				
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					190/10				
БАТОН	40					25				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10				
Итого за прием пищи:	**380**	**9,5**	**5,8**	**53,8**	**303,4**	**400**	**12,1**	**9,2**	**51,2**	**337,0**
2 Завтрак										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(Яблочный)	180					200				
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200					200				
Итого за прием пищи:	**380**	**1,7**	**1,0**	**36,7**	**166,3**	**400**	**1,8**	**1,0**	**38,6**	**174,6**
Обед										
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					60				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					0				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	0					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20				
Итого за прием пищи:	**520**	**17,6**	**20,7**	**94,8**	**596,6**	**620**	**38,0**	**39,1**	**86,6**	**857,2**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					20				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (Печенье)	0					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	0					200				
Итого за прием пищи:	**412**	**11**	**11,3**	**53,3**	**596,6**	**717**	**18,9**	**21,4**	**103,6**	**702,5**
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
Итого за прием пищи:	**0**					**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:		**39,8**	**38,8**	**238,6**	**1 416,0**		**76,0**	**75,7**	**301,1**	**2 220,7**