**Меню 4**

**Утверждаю:** _____

**Дата :** _____

**Согласовано:**

**Детский сад № 47 Центрального района Волгограда**

**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 (ПШЕННАЯ) | 150 | | | | | 180 | | | | |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/7/3,5 | | | | | 180/10/7 | | | | |
| БАТОН | 50 | | | | | 0 | | | | |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | | | | 0 | | | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 0 | | | | | 40/5/15 | | | | |
| **Итого за прием пищи:** | **365** | **10,6** | **5,6** | **60,7** | **335,7** | **437** | **12,7** | **13,2** | **11,3** | **413,6** |
| **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 соленые) | 30 | | | | | 50 | | | | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ | 150 | | | | | 0 | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ | 0 | | | | | 180 | | | | |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) | 50/30 | | | | | 70/30 | | | | |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) | 120 | | | | | 150 | | | | |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 150 | | | | | 200 | | | | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 20 | | | | | 40 | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | | | | 20 | | | | |
| **Итого за прием пищи:** | **560** | **16,1** | **14,4** | **84,1** | **521,6** | **740** | **23,8** | **23,1** | **111,0** | **763,3** |
| **Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)** | | | | | | | | | | |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 50 | | | | | 70 | | | | |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | | | | | 130 | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180/10 | | | | | 0 | | | | |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 0 | | | | | 180/10/7 | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | | | | 0 | | | | |
| БАТОН | 0 | | | | | 45 | | | | |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ) | 0 | | | | | 50 | | | | |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 0 | | | | | 200 | | | | |
| **Итого за прием пищи:** | **410** | **12** | **12,2** | **56,4** | **367,6** | **692** | **21,7** | **21,7** | **128,7** | **804,4** |
| **2 Ужин** | | | | | | | | | | |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир) | 0 | | | | | 180 | | | | |
| **Итого за прием пищи:** | **0** | | | | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** |
| **Всего за день:** | | **40,3** | **33,1** | **236,6** | **1379,1** | | **64,8** | **60,7** | **329,4** | **2 157,2** |