Меню 6

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 (МАННАЯ)	150					180				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7				
БАТОН	50					50				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					10				
Итого за прием пищи:	**365**	**11,2**	**6,4**	**59,5**	**340,7**	**437**	**13,6**	**8,7**	**67,1**	**400,4**
2 Завтрак										
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200				
Итого за прием пищи:	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**
Обед										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленые)	30					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ	150					180				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/50				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					50				
Итого за прием пищи:	**540**	**15,5**	**14,8**	**71,2**	**488,6**	**720**	**23,7**	**18,8**	**93,8**	**651,5**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					45				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	40					50				
ЧАЙ С САХАРОМ	0					190/10				
Итого за прием пищи:	**430**	**13,4**	**15,4**	**70,4**	**464**	**742**	**20,1**	**21,7**	**99,0**	**684,7**
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
Итого за прием пищи:	0					180	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:		**40,9**	**37,4**	**220,1**	**1 384,5**		**63,3**	**54,4**	**285,9**	**1 920,3**