Меню 7

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										
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130					150				
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					190/10				
БАТОН	30					30				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0				
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0					50				
Итого за прием пищи:	**355**	**11,7**	**10,8**	**31,7**	**316**	**430**	**18,7**	**24,3**	**32,0**	**426,9**
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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15					180/25				
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	130					150				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0				
Итого за прием пищи:	**500**	**19,9**	**10,4**	**73,2**	**484,6**	**600**	**24,9**	**16,8**	**86,7**	**619,0**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40					150/60				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160					200				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					40				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	20					50				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					200				
Итого за прием пищи:	**400**	**20,1**	**24,5**	**91,4**	**629,9**	**700**	**32,5**	**61,5**	**127,1**	**919,7**
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
Итого за прием пищи:	**0**					180	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:		**52,6**	**45,9**	**214**	**1505,6**		**82,2**	**74,7**	**272,4**	**2 141,5**