Меню 10

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										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7				
БАТОН	40					50				
Итого за прием пищи:	**361**	**11,8**	**12,3**	**36,4**	**349,8**	**447**	**20,3**	**24,9**	**42,5**	**481,6**
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(Огурцы соленые)	30					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					180				
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					50				
Итого за прием пищи:	**540**	**21**	**15,9**	**66,2**	**494,6**	**680**	**24,6**	**16,4**	**92,6**	**620,3**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					70				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					150				
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					50				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					50				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0					200				
Итого за прием пищи:	**400**	**15,8**	**13,8**	**73,7**	**482,06**	**720**	**30,5**	**28,4**	**137,0**	**938,3**
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
Итого за прием пищи:	**0**					**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:		**46,5**	**45,7**	**198,9**	**1409,76**		**80,6**	**76,1**	**279,8**	**2 151,5**