Меню 12

Утверждаю:

Дата : _____

Детский сад № 328 Центрального района Волгограда

Согласовано:

Прием пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					24 часа				
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150					180					180				
КАКАО С МОЛОКОМ	160					200					180				
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20					30/5/20					30/5/20				
Итого за прием пищи:	**365**	**11,4**	**11**	**63,2**	**400,5**	**435**	**13,4**	**12,6**	**71,8**	**459,8**	**435**	**13,4**	**12,6**	**71,8**	**459,8**
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200				
Итого за прием пищи:	**180**	**0,9**	**0,2**	**17,7**	**75,1**	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					0					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ	150					180					180				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50					70					70				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					130					130				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					30					20				
Итого за прием пищи:	**560**	**13,8**	**12,4**	**80,1**	**464,9**	**680**	**19,5**	**14,5**	**92,4**	**591,7**	**680**	**19,5**	**14,5**	**92,4**	**591,7**
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50					150/50					150/60				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	180					200					0				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					0					180				
КАКАО С МОЛОКОМ	0					0					200				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (Печенье)	0					0					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					50					40				
Итого за прием пищи:	**400**	**24,3**	**17,9**	**57,1**	**562,9**	**450**	**37,1**	**26,3**	**64,9**	**663,5**	**680**	**39,5**	**30,0**	**122,0**	**943,8**
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5