Меню 1

Утверждаю:

Дата : 16.11.26

Детский сад № 155 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 (КУКУРУЗНАЯ)	160					180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					200					200				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10					10				
БАТОН	40					50					25				
Итого за прием пищи:	**350**	**10,2**	**5,3**	**62,1**	**337,2**	**440**	**14,7**	**9,5**	**76,7**	**472,1**	**415**	**12,8**	**8,7**	**63,9**	**406,6**
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200				
Итого за прием пищи:	**180**	**0,9**	**0,2**	**17,7**	**75,1**	**200**	**1**	**0,2**	**19,6**	**83,4**	**200**	**1**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					0					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40					20				
Итого за прием пищи:	**520**	**23,5**	**21,6**	**59,8**	**530,5**	**650**	**27,7**	**21,8**	**89,9**	**673,1**	**630**	**26,1**	**21,7**	**79,5**	**624,4**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	110					130					130				
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15					40					50				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	40					40					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**435**	**13,7**	**14,8**	**67,9**	**448,3**	**510**	**20,0**	**20,2**	**79,0**	**588,9**	**730,0**	**21,4**	**21,2**	**117,4**	**583,9**
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	**0**					**0**					**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:		**48,3**	**41,9**	**207,5**	**1 391,1**		**63,4**	**51,7**	**265,2**	**1 802,4**		**66,4**	**56,2**	**287,4**	**1 963,8**