

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

01.08.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:сад (с/до 7 лет)

Диета: без-диет

день 9

Наименование блюда

Масса порции

белки г

Жиры г

углевод

ы г

Энергетическая

ценност

ь г

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

01.08.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без-диет

день 9

Наименование блюда

масса порции

белки г

Жиры г

углевод

ы г

Энергетическая

ценност

ь г

Завтрак

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,8	25,9	207,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	3,1	7,0	20,1	156,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	18,0	132,7
Итого за прием пищи:		13,9	20,5	64,0	496,7
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	130	0,5	0,5	11,2	53,8
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,2	53,8
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,2	0	0,7	3,6
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/11	4,1	6,6	16,4	147,3
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,8	14,3	16,4	253,8
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	55	3,7	0,5	23,5	113,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		22,8	21,4	65,6	552,5
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,7	40,4	229,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	186	0,9	0,2	18,9	80,3
Итого за прием пищи:		7,2	4,9	59,3	309,3
Ужин					
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ж/б	36	0,8	0	1,6	9,4
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	13,0	10,6	21,4	231,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	49	4,2	0,3	27,3	128,5
Итого за прием пищи:		18,0	10,9	50,3	369,8
Всего за день:		62,4	58,2	250,4	1782,1

Стоимость меню 179 руб.

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	190	5,8	8,4	25,1	200,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	3,1	7,4	20,1	159,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,7	3,7	15,1	109,9
Итого за прием пищи:		12,6	19,5	60,3	470,4
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	130	0,5	0,5	11,2	53,8
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,2	53,8
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2	0	0,6	3,4
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130	3,6	5,6	10,7	110,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	15,5	14,6	21,4	279,1
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	55	3,6	0,5	23,3	112,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,4	33,9
Итого за прием пищи:		22,9	20,7	64,4	539,2
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	6,6	5,4	37,2	223,5
СОК ФРУКТОВЫЙ	186	0,9	0,2	18,8	80,1
Итого за прием пищи:		7,5	5,6	56,0	303,6
Ужин					
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ж/б	37	0,8	0	1,6	9,5
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	13,3	10,5	21,5	231,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	56	4,3	0,3	28,2	133,2
Итого за прием пищи:		18,4	10,8	51,3	374,5
Всего за день:		61,9	57,1	243,2	1741,5

Стоимость менк 179 руб