



МБДОУ "Детский сад № 253"
г.о. Самара
01.09.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Коротких
Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет

день
10

Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углево ды г	Энерг етиче ская ценно сть г
-----------------------	-----------------	-------------	--------	----------------	--

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	20,7	16,6	28,9	351,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3,4	7,1	22,3	166,9
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,6	16,3	124,7
Итого за прием пищи:		28,5	28,3	67,5	642,8

II Завтрак

ФРУКТ	86	0,3	0,3	8,5	40,7
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,5	40,7

Обед

ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	33	0,4	0,1	1,3	8,1
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,7	8,1	22,5	190,6
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (ИЗ МЯСА ПТИЦЫ)	90	15,2	18,9	14,4	288,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,8	124,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,2	44,0
Итого за прием пищи:		25,4	27,6	74,2	655,7

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	55/25	2,3	0,2	35,1	151,3
ЙОГУРТ	184	3,7	2,8	5,5	88,6
Итого за прием пищи:		6,0	3,0	40,6	239,9

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ С	200	6,5	8,7	26,4	210,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	5,3	0,4	35,2	166,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		11,8	9,1	71,3	415,4
Всего за день:		72,0	68,3	262,1	1994,5

Стоимость мен 179 руб



МБДОУ "Детский сад №
253" г.о. Самара
01.09.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Коротких
Категория: первая
младшая группа

Диета: без диет

день
10

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углево ды г	энерге тическ ая ценнос ть г
-----------------------	-----------------	-------------	-----------	----------------	--

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	21,2	17,2	29,4	361,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3,5	6,9	22,8	167,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	4,9	16,4	129,5
Итого за прием пищи:		29,5	29,0	68,6	658,5

II Завтрак

ФРУКТ	88	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4

Обед

ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	32	0,4	0,1	1,3	7,9
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	5,7	10,9	17,8	198,8
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (ИЗ МЯСА ПТИЦЫ)	95	12,5	16,5	15,1	260,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	122,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	170	0,1	0	6,9	30,5
Итого за прием пищи:		22,7	28,0	66,5	619,6

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/15	1,4	0,1	29,4	124,1
ЙОГУРТ	183	3,7	2,8	5,5	88,3
Итого за прием пищи:		5,1	2,9	34,9	212,4

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ С	200/5	6,5	10,0	28,1	229,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	5,4	0,5	35,7	168,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		11,9	10,5	73,5	436,3
Всего за день:		69,6	70,8	252,1	1968,2

Стоимость м 179 руб