

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

01.10.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 6

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200/5	6,7	9,1	27,7	219,2
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,2	6,6	14,6	126,5
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	131,5
Итого за прием пищи:		13,7	20,7	59,1	477,2

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	117	0,6	0,1	11,6	49,6
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,6	49,6

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	28	0,5	2,5	2,2	33,5
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,3	6,3	13,0	124,2
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,9	14,0	9,5	213,9
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,9	4,511	27,625	166,166
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	48	3,2	0,4	20,6	99,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,9
Итого за прием пищи:		23,8	27,711	81,625	671,766

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	35	5,58	2,92	50,81	252,11
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		5,68	2,92	60,81	292,41

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	14,7	10,0	14,2	203,5
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,4	2,4	3,2	37,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,5	0,2	16,4	77,5
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80,0
Итого за прием пищи:		18,1	12,8	50,5	398,1
Всего за день:		61,88	64,231	263,635	1889,0

Стоимость 179 руб.

МБДОУ "Детский сад № 253"

01.10.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	150	5	6,4	20,9	162,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,2	6,4	14,7	125,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	132,2
Итого за прием пищи:		12,0	17,8	52,4	419,8

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	118	0,6	0,1	11,6	49,6
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,6	49,6

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	28	0,5	2,5	2,2	33,9
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	100	2,7	5,7	6,9	93,3
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	12,4	12,8	7,9	196,6
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,7	99,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,4
Итого за прием пищи:		21,8	24,87	67,55	585,72

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	40	6,40	4,28	49,53	262,13
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		6,50	4,28	59,53	302,43

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	14,8	10,6	14,0	208,4
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,4	2,7	3,8	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,5	0,2	16,2	76,3
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	17,0	81,6
Итого за прием пищи:		18,2	13,7	51,0	408,0
Всего за день:		59,10	60,75	242,08	1765,55

Стоимость 179 руб