



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
01.11.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: средняя младшая

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130/4	16,6	14,3	31,4	326,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,5	6,7	53,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,3	9,1	15,1	151,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,7	3,7	16,6	115,6
Итого за прием пищи:		23,5	29,6	69,8	646,9
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,5	0,1	10,7	45,7
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,7	45,7
Обед					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,8	1,8	2,3	28,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/4	2,4	2,8	16,2	102,7
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60/30	8,542	15,653	10,37	215,871
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	2,9	5,0	13,0	110,3
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	45	3	0,4	19,1	91,8
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/15	0,1	0	14,8	60,7
Итого за прием пищи:		17,742	25,653	75,77	610,071
Полдник					
ПРЯНИКИ	34	2	1,6	25,6	125
РЯЖЕНКА	176	5,3	4,4	7,4	95,5
Итого за прием пищи:		7,3	6,0	33,0	220,5
Ужин					
КАША "ДРУЖБА"	200/6	6,2	9,9	26,6	220,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,9	0,2	18,9	89,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,17	0	14,96	60,21
Итого за прием пищи:		9,27	10,1	60,46	369,51
Всего за день:		58,312	71,453	249,73	1892,68

Стоимость 179 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
01.11.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: средняя младшая

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность ккал
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	120/3	14,7	12,7	29,1	296,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	2,1	5,7	44,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,7	11,8	113,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,7	3,7	16,6	115,3
Итого за прием пищи:		20,9	25,2	63,2	569,9
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	109	0,5	0,1	11	46,9
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	11	46,9
Обед					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	25	0,7	1,7	2,4	28,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100/5	1,4	1,8	8,7	58,1
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60/30	8,564	15,174	10,26	211,88
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,4	3,6	11,0	87,8
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.	35	2,3	0,3	15	72,3
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150/12	0,1	0	11,6	48,5
Итого за прием пищи:		15,464	22,574	58,96	506,98
Полдник					
ПРЯНИКИ	35	2,1	1,7	26,6	129,8
РЯЖЕНКА	165	5	4,1	6,9	89,3
Итого за прием пищи:		7,1	5,8	33,5	219,1
Ужин					
КАША "ДРУЖБА"	170/5	5,1	8,7	22,5	189,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,2	90,4
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,13	0	15,17	61,39
Итого за прием пищи:		8,13	8,9	56,87	340,89
Всего за день:		52,094	62,574	223,5	1683,77

Стоимость 179 руб