

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
01.12.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	16,2	13,9	22,5	282,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,3	7,3	63,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	3	7,0	19,9	155,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	17,9	132,2
Итого за прием пищи:		25,0	28,9	67,6	632,9

II Завтрак

ЯБЛОКО	100	0,6	0,1	11,2	47,8
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,2	47,8

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,6	1,7	2,0	25,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	7,0	16,4	147,3
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	80	16,8	19,1	12,9	290,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	3	0,4	19	91,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,7
Итого за прием пищи:		24,4	28,2	59,0	589,6

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	30	2,7	3,5	26,8	150,2
РЯЖЕНКА	111	3,2	2,8	4,7	60
Итого за прием пищи:		5,9	6,3	31,5	210,2

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	5,6	8,6	27,6	210,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,3	22,3	105,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,0	8,9	59,6	354,4
Всего за день:		64,9	72,4	228,9	1834,9

Стоимость 179 рубль

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
01.12.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	16,1	14,4	22,9	287,7
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,2	64,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	3	6,9	19,9	154,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,8	131,7
Итого за прием пищи:		24,8	29,4	67,8	638,1

II Завтрак

ЯБЛОКО	110	0,6	0,1	11,2	47,6
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,2	47,6

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,6	1,5	2,1	24,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,6	7,7	13,4	142,4
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	80	16,8	19,5	13,0	294,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	3	0,4	18,9	91
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,9	35,7
Итого за прием пищи:		24,0	29,1	56,3	588,2

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
РЯЖЕНКА	110	3,2	2,8	4,7	59,8
Итого за прием пищи:		5,5	5,7	27,0	184,9

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	5,6	8,9	28,0	215,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,3	22,4	105,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,0	9,2	60,1	359,7
Всего за день:		63,9	73,5	4	1818,5

Стоимость 179 рубль