

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

02.02.2023г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,7	25,9	207,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	1,9	6,6	12,8	118,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	130,9
Итого за прием пищи:		12,6	20,0	56,4	456,0

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0,1	0	9,4	39,0
Итого за прием пищи:		0,9	0,2	8,8	44,5

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	40	0,5	3,4	2,5	43,1
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	4,4	16,4	124,9
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,9	12,5	16,4	230,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,3	0,3	14,5	69,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		19,7	20,6	58,4	502,4

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,7	4,6	37,1	212,3
СОК ФРУКТОВЫЙ	187	0,9	0,2	18,6	79,3
Итого за прием пищи:		6,6	4,8	55,7	291,6

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	40	0,8	2,0	3,7	36,3
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	13,2	11,7	21,3	243,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,5	0,3	22,7	107,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		17,5	14,0	57,4	425,1
Всего за день:		57,3	59,6	236,7	1719,6

Стоимость меню

179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

02.02.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,6	6,4	19,4	154,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,3	6,5	15,2	129,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,3
Итого за прием пищи:		11,4	17,6	52,3	415,3

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0,1	0	9,4	39,0
Итого за прием пищи:		0,1	0	9,4	39,0

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	40	0,5	2,5	2,5	35,9
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,6	4,1	12,2	102,1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,0	13,7	16,4	245,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,7	99,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		21,3	20,7	60,4	518,1

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,5	40,8	228,7
СОК ФРУКТОВЫЙ	187	0,9	0,2	18,9	80,6
Итого за прием пищи:		7,2	4,7	59,7	309,3

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	40	0,8	2,1	3,5	36,6
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	14,4	12,2	21,5	252,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,9	127
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		19,3	14,6	61,6	454,7
Всего за день:		59,3	57,6	243,4	1736,4

Стоимость меню

179 руб