



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

02.02.2024

Детский сад

г.о. Самара

Категория: сад (3-7 лет)

№ 253

Диета: без диет

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	19,2	15,4	23,1	310,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,3	7,3	63,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	2,8	6,9	18,3	147,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	17,9	132,2
Итого за прием пищи:		27,8	30,3	66,6	653,0

II Завтрак

ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	6,9	33,1
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	6,9	33,1

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,7	2,0	25,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	4,9	16,4	129,2
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	80	18,0	20,3	12,9	305,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	90,3
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,6
Итого за прием пищи:		25,7	27,3	60,1	592,3

Полдник

ПРЯНИКИ	30	2,1	1,6	26,3	128,1
РЯЖЕНКА	196	5,7	4,9	8,3	106,3
Итого за прием пищи:		7,8	6,5	34,6	234,4

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	200	5,2	6,2	15,6	139,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,4	0,3	22,6	106,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,6	6,5	47,9	284,3
Всего за день:		70,2	70,9	216,1	1797,1

Стоимость 179 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

02.02.2024

Детский сад

г.о. Самара

Категория: первая младшая

№ 253

Диета: без диет

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	19,1	15,1	22,7	305,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	3,6	7,7	68,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	2,8	6,6	18,3	144,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	17,9	132,2
Итого за прием пищи:		27,8	30,0	66,6	650,0

II Завтрак

ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	6,9	33,1
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	6,9	33,1

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,6	2,2	25,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100	2,6	4,1	9,0	86,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	32,2	22,4	161,0	974,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,7	90,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:		38,5	28,5	200,9	1218,1

Полдник

ПРЯНИКИ	30	2,1	1,6	26,3	128,1
РЯЖЕНКА	196	5,7	4,9	8,3	106,2
Итого за прием пищи:		7,8	6,5	34,6	234,3

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	200	5,2	6,0	15,9	137,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,4	0,3	22,6	106,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,6	6,3	48,2	282,9
Всего за день:		83,0	71,6	357,2	2418,4

Стоимость 179 р