

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
02.10.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)
Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	16,5	12,5	23,0	273,2
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,4	6,7	15,6	132,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,0
Итого за прием пищи:		23,4	23,9	56,3	537,0
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100	3,5	3	9,8	83,9
Итого за прием пищи:		3,5	3	9,8	83,9
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,8	1,9	4,8	41,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	4,0	6,8	15,6	142,8
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	13,1	13,2	4,8	192,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,6	4,6	29,4	177,1
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	50	3,3	0,4	21,2	102
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		25,9	26,9	85,8	695,6
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,3	2,9	32,0	163,8
Ужин					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,4	20,9	191,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	2,7	0,2	17,7	83,2
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		8,7	9,6	48,9	318,1
Всего за день:		63,8	66,3	232,8	1798,4

Стоимость меню

179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
02.10.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая
Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	16,3	12,5	23,0	271,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,4	6,4	15,7	130,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,8	131,5
Итого за прием пищи:		23,2	23,6	56,5	533,8
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100	3,5	3	10,3	86,4
Итого за прием пищи:		3,5	3	10,3	86,4
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,7	1,1	4,2	30,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	100	2,3	4,2	8,1	83,6
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	13,2	13,4	4,6	192,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,6	3,0	22,8	133,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,3	0,4	21,2	102
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		23,2	22,1	70,9	581,7
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,3	2,9	32,0	163,8
Ужин					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	10,0	22,4	204,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	0,2	17,8	84,2
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		8,9	10,2	50,5	331,2
Всего за день:		61,1	61,8	220,2	1696,9

Стоимость меню

179 руб