

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

03.04.2025г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: старшая (3-7 лет)

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	6,6	9,2	30,0	228,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	32/10	2	7,7	12,9	128,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,8	4,0	16,3	117,3
Итого за прием пищи:		12,4	20,9	59,2	474,3

II Завтрак

ЯБЛОКИ	115	0,5	0,5	11,3	54,2
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,3	54,2

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	29	0,6	2,7	2,3	35,6
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,7	5,7	7,7	92,4
ПЛОВ	160	10,7	12,5	27,2	263,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	43	2,8	0,4	18,2	87,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,4	45,6
Итого за прием пищи:		15,8	21,3	66,8	525,1

Полдник

БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,5	2,8	38,3	199,2
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,1	54,3
Итого за прием пищи:		5,6	2,8	51,4	253,5

Ужин

КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3,1	0,3	20,3	95,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,08	0	10,87	43,71
Итого за прием пищи:		6,18	5,8	54,17	292,91
Всего за день:		40,48	51,3	242,87	1600,01

Стоимость 210 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

03.04.2025г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 9

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

Завтрак

КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,9	7,5	22,7	178,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,4	11,7	111,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,5	3,6	14,9	107,0
Итого за прием пищи:		10,2	17,5	49,3	397,3

II Завтрак

ЯБЛОКИ	115	0,5	0,5	11,3	54,1
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,3	54,1

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,6
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,1	3,1	4,8	54,4
ПЛОВ	150	9,7	11,4	29,5	259,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,5	29,8
Итого за прием пищи:		13,4	17,5	56,8	440,1

Полдник

БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	5,8	3,4	37,9	204,4
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,2	42,4
Итого за прием пищи:		5,9	3,4	48,1	246,8

Ужин

КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,6	5,7	19,6	141,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,08	0	10,57	42,71
Итого за прием пищи:		5,78	5,9	50,27	278,61
Всего за день:		35,78	44,8	215,77	1416,91

Стоимость 210 руб