



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

Самара

03.05.2024г

Утверждено

Заведующий

В. В. Коротких


Категория: младшая группа

Дieta: без диеты

день
10

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПОЙ МАННОЙ	130	18,0	14,6	21,4	291,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,5	1,6	4,0	32,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,7	6,9	17,9	144,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	16,3	125,8
Итого за прием пищи:		25,7	27,8	59,6	594,5

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	11,3	48,3
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,3	48,3

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	200	5,5	7,9	22,2	187,4
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	120	16,1	20,9	18,8	329,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,7	0,5	23,4	112,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		25,5	29,3	74,6	672,7

Полдник

ВАРЕНЕЦ 2,0%, 0,450гр. ФП Пестравка	150	5,7	5,1	9,2	115,8
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,7	3,5	26,6	149,1
Итого за прием пищи:		8,4	8,6	35,8	264,9

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,5	8,7	26,4	210,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,6	0,4	29,8	140,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,0
Итого за прием пищи:		11,2	9,1	66,1	391,3
Всего за день:		71,4	74,9	247,4	1971,7

Стоимость меню 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

Самара

03.05.2024

Утверждено

Заведующий

В. В. Коротких


Категория: младшая группа

Диета: без диеты

день
10

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

Завт

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПОЙ МАННОЙ	120	17,9	14,2	20,1	283,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	1,9	4,0	34,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,7	7,1	17,9	146,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	16,3	126,4
Итого за прием пищи:		25,7	27,9	58,3	590,4

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	11,3	48,3
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,3	48,3

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	150	4,7	7,1	15,5	149,0
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	15,3	18,5	14,3	285,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		23,8	26,1	63,3	589,4

Полдник

ВАРЕНЕЦ 2,0%, 0,450гр. ФП Пестравка	149	5,7	5,1	9,2	115,7
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,7	3,5	26,5	148,3
Итого за прием пищи:		8,4	8,6	35,7	264,0

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,1	5,6	17,2	137,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	4,6	0,4	29,8	140,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,0
Итого за прием пищи:		8,8	6,0	56,9	318,1
Всего за день:		67,3	68,7	225,5	1810,2

Стоимость меню 179 руб