



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

03.07.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 6

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,6	8,6	27,8	211,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,3	6,7	15,1	130,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	131,6
Итого за прием пищи:		12,7	20,3	59,7	473,2

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	120	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		0,1	0	10,3	42,9

Обед

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,6	2,9	5,3	51,3
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,0	5,4	16,0	131,5
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	50	13,1	15,7	3,9	209,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	4,1	3,1	26,1	149,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		26,1	27,5	82,2	682,4

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,9	5,3	12,5	121,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,9	5,3	22,2	160,3

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,1	7,1	18,7	159,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		8,6	7,5	52,1	311,0
Всего за день:		53,4	60,6	226,5	1669,8

Стоимость 179



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

03.07.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	6,6	20,9	159,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	5,3	11,4	100,6
КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,1	4,3	14,1	112,8
Итого за прием пищи:		10,0	16,2	46,4	373,0

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	120	0,1	0	10,6	43,9
Итого за прием пищи:		0,1	0	10,6	43,9

Обед

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,6	2,7	5,2	49,1
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,4	5,5	12,9	119,6
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	50	13,1	15,7	3,9	210,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	4,1	3,1	26,2	149,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,6	30,1
Итого за прием пищи:		25,5	27,4	77,0	660,8

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,9	5,3	12,5	121,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,6	34,4
Итого за прием пищи:		5,9	5,3	21,1	156,0

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,1	7,1	18,7	160,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		8,6	7,5	52,1	311,6
Всего за день:		50,1	56,4	207,2	1545,3

Стоимость 179