

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

03.08.2023г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

Самара

03.08.2023г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая

группа

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	----------------	---------------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,7	25,9	206,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/7	2,7	6,9	18,0	145,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	17,9	132,2
Итого за прием пищи:		13,5	20,3	61,8	484,3

II Завтрак

ФРУКТ	100	0,3	0,3	7,2	34,5
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,2	34,5

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,2	0	0,6	3,3
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/11	4,1	6,6	16,4	146,7
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,1	13,5	17,8	249,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	21,9	105,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		21,8	20,6	65,4	539,3

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,8	40,5	229,7
СОК ФРУКТОВЫЙ	185	0,9	0,2	18,7	79,6
Итого за прием пищи:		7,2	5,0	59,2	309,3

Ужин

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	39	0,7	0	1,5	8,7
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	14,2	11,8	21,3	247,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	2,7	0,2	18	85
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		17,6	12,0	50,5	379,6
Всего за день:		60,4	58,2	244,1	1747,0

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

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	6,5	19,7	156,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,8	5,4	18	132,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	3,8	4	15,4	113,4
Итого за прием пищи:		11,3	15,9	53,1	402,5

II Завтрак

ФРУКТ	100	0,3	0,3	7,2	34,5
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,2	34,5

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2	0	0,6	3,3
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,6	5,7	12,4	118,9
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,5	13,4	21,4	265,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	22	105,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170	0	0	8,3	33,2
Итого за прием пищи:		21,7	19,6	64,7	526,3

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,0	3,8	37,9	208,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	185	0,9	0,2	18,7	79,7
Итого за прием пищи:		6,9	4,0	56,6	287,8

Ужин

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	0,7	0	1,5	8,7
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	14,3	11,9	21,7	250,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,7	0,2	18	85,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		17,7	12,1	49,9	379,3
Всего за день:		57,9	51,9	231,5	1630,4

Стоимость меню

179 руб

Стоимость меню

179 руб