



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
04.05.2023

Заведующий
В. В. Коротких

Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,6	27,0	210,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,2	6,7	14,6	127,2
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	15,0	119,0
Итого за прием пищи:		12,8	19,8	56,6	456,8
II Завтрак					
ФРУКТ	116	0,5	0,5	11,4	54,9
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,4	54,9
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,8
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,2	5,1	8,6	101,2
ПЛОВ	150	16,1	16,4	34,8	349,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,4	93,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		23,5	21,9	72,0	581,9
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,1	6,8	41,9	252,7
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	18,8	80,2
Итого за прием пищи:		7,1	7,0	60,7	332,9
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,6	4,9	54,3
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	15,6	8,8	5,7	164,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,2	0,2	14,5	68,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		18,7	12,6	34,8	325,5
Всего за день:		62,6	61,8	235,5	1752,0

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
04.05.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,7	6,3	20,1	155,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,2	6,8	14,4	127,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	15,3	120,6
Итого за прием пищи:		11,2	17,6	49,8	403,9
II Завтрак					
ФРУКТ	116	0,5	0,5	11,5	55
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,5	55
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,7
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,8	4,5	8,4	92,3
ПЛОВ	150	16,1	16,5	35,0	351,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	91,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9	36
Итого за прием пищи:		23,1	21,4	72,0	575,6
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,4	7,2	41,7	257,4
СОК ФРУКТОВЫЙ	199	1	0,2	18,8	80,1
Итого за прием пищи:		7,4	7,4	60,5	337,5
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,6	4,9	54,8
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	15,5	8,7	5,6	162,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,2	0,2	14,3	67,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		18,6	12,5	34,5	323,3
Всего за день:		60,8	59,4	228,3	1695,3

Стоимость меню

179руб