



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

04.08.2023г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 10

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	20,3	16,5	30,4	354,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3,1	7,0	20,4	157,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,8	16,4	128,3
Итого за прием пищи:		28,1	28,3	67,2	640,4
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,7	0,1	13,6	57,9
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,6	57,9
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	27	0,3	0,1	1	6,6
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,7	7,7	22,4	185,7
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (ИЗ МЯСА ПТИЦЫ)	90	17,2	20,9	14,5	315,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	3,8	0,5	24,1	116,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,1	42,9
Итого за прием пищи:		27,1	29,2	72,1	666,4
Полдник					
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	55/25	2,3	0,2	31,4	136,3
ЙОГУРТ	150	3,9	2,9	5,8	92,9
Итого за прием пищи:		6,2	3,1	37,2	229,2
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6,5	8,8	26,4	211,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,2	0,4	27,5	129,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		10,7	9,2	63,6	380,3
Всего за день:		72,8	69,9	253,7	1974,2

Стоимость 179р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

г.о. Самара

04.08.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 10

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность ккал
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	20,3	16,3	30,3	354,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3,1	7,1	20,4	157,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	4,8	16,3	126,8
Итого за прием пищи:		28,0	28,2	67,0	638,7
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	99	0,7	0,1	13,6	57,9
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,6	57,9
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	27	0,3	0,1	1	6,6
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	4,8	7,1	17,0	155,4
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (ИЗ МЯСА ПТИЦЫ)	90	17,2	20,6	14,7	312,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	3,7	0,5	23,9	115,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	170	0,1	0	7,8	33,8
Итого за прием пищи:		26,1	28,3	64,4	623,6
Полдник					
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/15	1,4	0,1	25,1	106,0
ЙОГУРТ	150	3,9	2,9	5,8	92,9
Итого за прием пищи:		5,3	3,0	30,9	198,9
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ С	200/5	6,6	9,0	26,8	214,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	4,2	0,4	27,5	129,7
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,5	34,1
Итого за прием пищи:		10,8	9,4	62,8	378,6
Всего за день:		70,9	69,0	238,7	1897,7

Стоимость 179р