



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

05.05.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория:сад (3до7лет)

Диета:без диет

день 6

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	9,0	32,0	234,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,7	15,7	133,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,8	4,0	16,3	117,6
Итого за прием пищи:		12,5	19,7	64,0	485,4

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	119	0,6	0,1	11,6	49,8
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,6	49,8

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	25	0,3	1,4	0,8	17,5
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13/8	2,2	7,0	11,2	119,8
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60	8,8	8,9	2,2	123,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,2	5,5	21,4	147,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,6	0,5	22,8	109,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,5	50,1
Итого за прием пищи:		18,1	23,3	70,9	568,3

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	45/10/5	5,1	7,9	15,1	152,3
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,09	0	10,88	43,81
Итого за прием пищи:		5,19	7,9	25,98	196,11

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	47,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/4	3,3	3,9	21	132,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	30	2,3	0,2	15,4	72,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ с/м	200/10	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		6,5	7,7	49,8	296,1
Всего за день:		42,89	58,7	222,28	1595,71

Стоимость 210руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

05.05.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория:первая

Диета:без диет

ден

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,4	7,7	24,4	184,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,5	3,7	14,9	107,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,7	11,5	113,3
Итого за прием пищи:		9,6	18,1	50,8	405,9

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	119	0,6	0,1	11,6	49,7
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,6	49,7

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	25	0,3	1,7	0,9	21,0
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	100/4/4	1,6	4,0	7,2	74,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60	8,8	8,8	2,4	123,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/4	2,0	3,7	14,4	99,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		14,7	18,5	47,3	418,3

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	40/9/4	4	6,5	13,2	128,4
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,09	0	10,78	43,31
Итого за прием пищи:		4,09	6,5	23,98	171,71

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	2,8	3,2	18	112,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,4	77,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1	0	9,3	39,1
Итого за прием пищи:		6,0	6,1	46,0	265,3
Всего за день:		34,99	49,3	179,68	1310,91

Стоимость 210 руб