

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
05.08.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)
Диета: без диет

день 1

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

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	200/5	5,9	8,9	25,4	204,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,5	6,8	16,6	138,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,2	4,4	17,3	125,7
Итого за прием пищи:		12,6	20,1	59,3	468,0

II Завтрак

КИСЕЛЬ	120	0,1	0	8,3	35,2
Итого за прием пищи:		0,1	0	8,3	35,2

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	39	0,7	3,5	3	46,6
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	6,2	5,8	16,2	141,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	4,3	4,6	27,4	167,8
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ЦБ	60	10,8	12,7	2,9	169,3
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	46	3,1	0,4	19,7	94,7
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		25,1	27,0	78,9	658,1

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	5,8	4,3	16,5	129,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,1
Итого за прием пищи:		5,9	4,3	26,4	169,3

Ужин

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	32	0,3	0	0,6	4,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	5,4	22,7	152,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	13	1	0,1	6,6	31,3
Итого за прием пищи:		4,6	5,5	29,9	188,4
Всего за день:		48,3	56,9	202,8	1519,0

Стоимость 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
05.08.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 1

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	----------------------------

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	150	4,9	8,0	21,4	178,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,5	6,8	16,6	137,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	15,2	109,5
Итого за прием пищи:		11,0	18,5	53,2	426,0

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С,М	120	0,1	0	8,2	34,2
Итого за прием пищи:		0,1	0	8,2	34,2

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	38	0,7	3,5	3	46,4
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	120	4,3	3,7	9,8	88,4
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ЦБ	60	10,8	12,7	3,3	170,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	4,3	4,5	27,4	167,4
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	46	3	0,4	19,5	93,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		23,1	24,8	71,7	601,3

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	5,6	4,2	16	125,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,0	36,4
Итого за прием пищи:		5,7	4,2	25,0	161,8

Ужин

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	32	0,3	0	0,6	4,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,6	5,3	24,9	162,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	13	1	0,1	6,5	30,8
Итого за прием пищи:		4,9	5,4	32,0	197,1
Всего за день:		44,8	52,9	190,1	1420,4

Стоимость 179 руб.