



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

05.09.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: младшая группа

Диета: без диет

день 2

Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность ккал
--------------	---------	--------	------------	------------------------------

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,1	27,7	219,2
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	3,3	7,1	21,5	162,9
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	4,9	16,7	129,8
Итого за прием пищи:		14,6	21,1	65,9	511,9

II Завтрак

132,252	100	0,7	0,1	13	55,2
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13	55,2

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,6	1,7	1,4	24,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200	3,8	6,6	10,6	122,9
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	17,2	16,9	8,6	254,4
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,9	100,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/5	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		27,9	29,07	72,45	668,92

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	5,94	2,88	50,77	252,70
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		5,94	2,88	59,37	287,30

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	10,0	5,6	17,0	157,2
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,4	2,4	3,0	35,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83,2
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80,0
Итого за прием пищи:		13,6	8,4	54,3	356,1
Всего за день:		62,74	61,55	2	2

Стоимость 179 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

05.09.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: младшая группа

Диета: без диет

день 2

Наименование блюда	масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность ккал
--------------------	--------------	---------	--------	------------	------------------------------

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6,2	8,9	24,8	204,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	3,4	5,5	21,8	150,5
КАКАО С МОЛОКОМ	185	5,0	5,0	16,3	131,4
Итого за прием пищи:		14,6	19,4	62,9	486,6

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	135	0,7	0,1	13,6	58,1
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,6	58,1

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,7	4,9	6,3	71,2
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	150	3,4	11,7	9,1	159,0
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	55	19,4	20,7	9,1	299,3
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		29,8	41,17	76,65	798,02

Полдник

ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ	80	9,76	15,18	48,64	369,69
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,76	15,18	58,34	408,39

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	17,6	8,2	13,6	197,4
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	65	1,1	8,1	10,1	117,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83,2
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	14,4	66,2
Итого за прием пищи:		21,7	16,6	55,7	464,4
Всего за день:		76,56	92,45	267,19	2215,51

Стоимость 179 р