



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
05.09.2024

Утверждаю

Заведующий
В. В. 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	8,7	27,1	211,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,9	6,6	12,7	117,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,3	4,6	16,2	124,1
Итого за прием пищи:		12,5	19,9	56,0	452,5
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	80	0,3	0,3	7,8	37,6
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,8	37,6
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	17	0,1	0	0,4	2,4
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,8	6,4	11,2	122,5
ПЛОВ	150	11,6	12,6	34,4	297,3
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж. 0,65кг	39	2,6	0,3	16,7	80,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		18,1	19,3	71,4	537,1
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,14	3,15	46,24	236,90
Итого за прием пищи:		6,14	3,15	46,24	236,90
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,6	3,1	3,5	45,0
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80/50	12,6	8,9	6,0	155,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	41	3,2	0,3	21	99,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,8	39,6
Итого за прием пищи:		16,5	12,3	40,3	339,3
Всего за день:		53,54	54,95	221,74	1603,40

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
05.09.2024

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

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	8,7	27,1	211,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,9	6,6	12,7	117,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,3	4,6	16,2	124,1
Итого за прием пищи:		12,5	19,9	56,0	452,5
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	80	0,3	0,3	7,8	37,6
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,8	37,6
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	17	0,1	0	0,4	2,4
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,8	6,4	11,2	122,5
ПЛОВ	150	11,6	12,6	34,4	297,3
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж. 0,65кг	39	2,6	0,3	16,7	80,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		18,1	19,3	71,4	537,1
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,14	3,15	46,24	236,90
Итого за прием пищи:		6,14	3,15	46,24	236,90
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,6	3,1	3,5	45,0
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80/50	12,6	8,9	6,0	155,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	41	3,2	0,3	21	99,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,8	39,6
Итого за прием пищи:		16,5	12,3	40,3	339,3
Всего за день:		53,54	54,95	221,74	1603,40

Стоимость меню

179руб