



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

05.12.2024г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диеты

день 9

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетическая ценность ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,1	6,3	29,8	202,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,7	14,5	126,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,7	2,8	14,7	95,4
Итого за прием пищи:		11,0	15,8	59,0	424,0

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	104	0,5	0,1	10,2	43,6
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,2	43,6

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,7	1,5	3,5	31,1
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	1,7	4,8	11,3	99,7
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	10,5	10,8	19,2	216,7
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	51	3,4	0,5	21,8	105,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		16,3	17,6	64,5	487,4

Полдник

БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	70	5,0	5,7	39,1	225,9
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,1	54,4
Итого за прием пищи:		5,1	5,7	52,2	280,3

Ужин

САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ	30/2	0,4	1,8	2,2	27,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/4	3,3	4,0	21	132,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	48	3,6	0,3	23,4	110,5
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,91	43,85
Итого за прием пищи:		7,4	6,1	57,51	314,35
Всего за день:		40,3	45,3	243,41	1549,65

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

05.12.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диеты

день 9

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	Энергетическая ценность ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160	5,4	5,7	26,5	181,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,6	14,5	125,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,4	2,5	12,0	80,3
Итого за прием пищи:		10,0	14,8	53,0	387,2

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	104	0,5	0,1	10,2	43,6
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,2	43,6

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,7	1,2	3,7	29,4
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150/5	1,3	3,8	8,4	75,2
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	10,2	10,0	17,0	199,2
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8	0	0	7,9	31,4
Итого за прием пищи:		14,2	15,3	49,7	396,4

Полдник

БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,9	4,2	30,7	175,8
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	170/11	0,1	0	11,4	47,1
Итого за прием пищи:		4,0	4,2	42,1	222,9

Ужин

САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ	30/2	0,4	1,9	2,2	27,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/3	2,9	2,8	18,3	110,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,1	0	14,81	59,35
Итого за прием пищи:		6,4	4,9	54,81	289,75
Всего за день:		35,1	39,3	209,81	1339,85

Стоимость меню

179 руб.

Стоимость меню 179 руб