



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
06.02.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
06.02.2025
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	200/6	6,6	9,2	30,0	228,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,8	6,9	18,2	146,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	3,8	4,0	15,3	113,3
Итого за прием пищи:		13,2	20,1	63,5	487,5
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,5	45,5
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,5	45,5
Обед					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	25	0,2	0	0,4	3,4
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,9	6,0	7,9	99,4
ПЛОВ	160	17,3	17,9	27,3	339,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	60	4	0,5	25,4	122,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		23,4	24,4	70,7	603,7
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,6	2,9	38,4	201,3
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		5,7	2,9	48,6	244,0
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	9,2	3,5	5,9	92,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135/5	2,8	4,1	19,2	124,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3,1	0,3	20,5	96,5
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,16	0	10,95	44,48
Итого за прием пищи:		15,26	7,9	56,55	357,08
Всего за день:		57,96	55,7	248,85	1737,78

Стоимость 179 руб

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,9	8,1	23,4	186,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,8	7,7	18,1	153,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,6	3,7	14,9	108,3
Итого за прием пищи:		11,3	19,5	56,4	447,6
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,5	45,5
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,5	45,5
Обед					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	26	0,2	0	0,4	3,4
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,4	4,0	5,0	68,5
ПЛОВ	150	17,1	18,4	26,3	339,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	60	4	0,5	25,4	122,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,8	30,9
Итого за прием пищи:		22,7	22,9	64,9	564,6
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	75	7,6	4,2	40,8	230,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		7,7	4,2	51,1	273,5
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	9,4	2,6	6,5	86,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,1	4,0	14,4	102,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,16	0	11,95	48,58
Итого за прием пищи:		14,76	6,8	52,95	332,18
Всего за день:		56,86	53,8	234,85	1663,38

Стоимость 179 руб