



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
06.04.2023

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	27,0	211,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,2	6,6	14,3	125,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	14,9	118,7
Итого за прием пищи:		12,8	19,8	56,2	455,4
II Завтрак					
ФРУКТ	124	0,5	0,5	12,2	58,5
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	12,2	58,5
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,7
СУП ОВОЩНОЙ со сметаной на мясном бульоне	200	4,2	5,1	8,5	100,4
ПЛОВ	150	12,7	13,5	34,8	310,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,3	93,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,7
Итого за прием пищи:		20,1	19,0	71,7	541,9
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,4	6,5	38,5	234,7
СОК ФРУКТОВЫЙ	199	0,8	0,2	16,6	70,8
Итого за прием пищи:		6,2	6,7	55,1	305,5
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,6	4,9	54,3
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	18,1	9,0	5,7	174,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17,1	80,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		21,6	12,8	37,4	348,5
Всего за день:		61,2	58,8	232,6	1709,8

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
06.04.2023

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	150/5	4,7	6,4	20,4	158,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,2	6,5	14,3	124,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	15,0	119,3
Итого за прием пищи:		11,2	17,4	49,7	402,1
II Завтрак					
ФРУКТ	124	0,5	0,5	12,2	58,6
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	12,2	58,6
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,7
СУП ОВОЩНОЙ со сметаной на мясном бульоне	150	3,9	4,6	8,2	94,5
ПЛОВ	150	12,7	13,4	34,7	309,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,2	92,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		19,8	18,4	71,2	534,2
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,6	6,9	38,5	239,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,9	0,2	16,7	70,9
Итого за прием пищи:		6,5	7,1	55,2	309,9
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,7	4,9	55,4
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	18,1	9,1	5,8	176,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17,2	81
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		21,6	13,0	37,6	351,9
Всего за день:		59,6	56,4	225,9	1656,7

Стоимость меню

179руб