



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
06.07.2023г.

Категория: первая младшая группа
Диета: без диет



день 9

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергет ическая ценност ь г	Наименование блюда	масса порци и	белки г	жиры г	углевод ы г	энергет ическая ценност ь г
Завтрак						Завтр ак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,8	25,9	207,5	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6,6	19,5	156,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/7	2	6,6	13,5	121,9	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2	5,4	13,2	110,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	130,7	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	3,8	4	14,8	110,8
Итого за прием пищи:		12,7	20,1	57,0	460,1	Итого за прием пищи:		10,3	16,0	47,5	377,1
II Завтрак						II Завтрак					
ФРУКТ	129	0,5	0,5	12,7	60,7	ФРУКТ	129	0,5	0,5	12,6	60,7
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	12,7	60,7	Итого за прием пищи:		0,5	0,5	12,6	60,7
Обед						Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,2	0	0,7	3,7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2	0	0,7	3,7
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/11	4,1	6,8	16,3	148,9	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,6	6,2	12,2	125,1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	10,7	10,7	16,4	205,7	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11,3	10,6	21,3	227,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,2	92,3	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	91,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170	0	0	8,1	32,2
Итого за прием пищи:		18,0	17,9	61,3	485,4	Итого за прием пищи:		18,1	17,2	61,4	480,2
Полдник						Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,9	40,5	230,2	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,2	4,2	37,8	211,6
СОК ФРУКТОВЫЙ	174	0,9	0,2	17,6	74,9	СОК ФРУКТОВЫЙ	174	0,9	0,2	17,6	75
Итого за прием пищи:		7,2	5,1	58,1	305,1	Итого за прием пищи:		7,1	4,4	55,4	286,6
Ужин						Ужин					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	0,7	0	1,6	9,2	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	39	0,7	0	1,5	9,2
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	12,7	11,6	21,3	241,0	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	12,6	11,4	21,3	237,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	2,8	0,2	18,8	88,6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,8	0,2	18,6	88,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,6	34,4
Итого за прием пищи:		16,2	11,8	51,4	377,5	Итого за прием пищи:		16,1	11,6	50,0	369,4
Всего за день:		54,6	55,4	240,5	1688,8	Всего за день:		52,1	49,7	226,9	1574,0

Стоимость меню

179 руб

Стоимость меню

179 руб