



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
07.02.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких
Категория: сар(с3до7лет)

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130/4	17,8	13,4	23,8	292,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,5	6,5	52,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/7	3,1	6,9	20,1	155,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/10	4,2	3,7	19,1	127,4
Итого за прием пищи:		26,0	26,5	69,5	627,5

II Завтрак

ЯБЛОКИ	94	0,4	0,4	9,3	44,5
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,3	44,5

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,8	1,7	2,1	27,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,6	4,1	16,6	119,9
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	12,4	11,8	9,9	195,6
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	2,9	5,0	12,9	109,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	60	4,6	0,6	29,4	141,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/11	0,1	0	11,1	46,3
Итого за прием пищи:		23,4	23,2	82,0	640,4

Полдник

ПРЯНИКИ	38	2,3	1,8	28,9	140,8
РЯЖЕНКА	129	3,9	3,2	5,5	70,1
Итого за прием пищи:		6,2	5,0	34,4	210,9

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	200/6	6,2	10,0	26,8	221,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,5	0,4	29,8	140,5
ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,18	0	10,09	41,01
Итого за прием пищи:		10,88	10,4	66,69	402,91
Всего за день:		66,88	65,5	261,89	1926,21

Стоимость 179 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
07.02.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких
Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтр

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	125/3	15,4	12,2	21,9	263,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	2,0	5,3	42,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3,3	6,8	21,8	162,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,3	3,7	19,5	129,2
Итого за прием пищи:		23,8	24,7	68,5	596,5

II Завтрак

ЯБЛОКИ	95	0,4	0,4	9,3	44,8
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,3	44,8

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	25	0,7	1,6	3,1	30,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100/5	1,4	2,6	9,1	67,3
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	9,3	8,8	9,3	153,3
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,3	3,3	10,2	81,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	35	2,3	0,3	14,8	71,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150/10	0,1	0	9,9	41,3
Итого за прием пищи:		16,1	16,6	56,4	445,3

Полдник

ПРЯНИКИ	38	2,3	1,8	28,7	140,3
РЯЖЕНКА	130	3,9	3,3	5,5	70,2
Итого за прием пищи:		6,2	5,1	34,2	210,5

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	170/5	5,2	8,3	22,4	185,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,18	0	10,09	41,01
Итого за прием пищи:		8,78	8,6	55,09	333,31
Всего за день:		55,28	55,4	223,4	1630,41

Стоимость 179 руб