

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

07.03.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: младшая группа

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,8	25,9	207,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,1	6,6	14,3	125,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	130,8
Итого за прием пищи:		12,8	20,1	57,8	463,7

II Завтрак

ФРУКТ (ЯБЛОКО)	104	0,4	0,4	10,2	49
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	10,2	49

Обед

ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,9	2,3	5,1	45,8
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	6,3	16,4	142,9
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,9	12,5	16,4	230,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,3	0,3	14,6	70,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		20,1	21,4	61,2	524,2

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,7	4,6	37,1	212,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		5,8	4,7	47,9	257,4

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО	40	0,6	2,0	2,8	32,4
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	12,2	10,7	21,4	230,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	2,6	0,2	17	80,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		15,4	12,9	50,9	381,7
Всего за день:		54,9	59,5	229,0	1676,0

Стоимость меню

179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

07.03.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 9

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

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6,3	19,1	152,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,2	6,8	14,4	127,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,3
Итого за прием пищи:		11,2	17,8	51,2	410,8

II Завтрак

ФРУКТ (ЯБЛОКО)	104	0,4	0,4	10,2	49
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	10,2	49

Обед

ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,5	1,4	3,2	27,5
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,5	3,9	12,3	101,1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,9	12,5	16,4	230,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,3	0,3	14,5	69,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9	36
Итого за прием пищи:		19,2	18,1	55,4	465,2

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	65	5,3	4,3	31,7	187,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		5,4	4,4	42,5	231,9

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО	30	0,6	1,5	2,7	26,6
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	120	11,7	9,1	17,3	197,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	2,6	0,2	17,1	80,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		14,9	10,8	46,8	342,9
Всего за день:		51,1	51,5	206,1	1499,8

Стоимость меню

179 руб