



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

07.10.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 6

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200	5,6	8,7	27,8	211,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,1	6,6	14,0	124,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	5,0	16,8	131,1
Итого за прием пищи:		12,4	20,3	58,6	467,2

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,1	10,9	46,4
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	10,9	46,4

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	0,2	0	0,5	3,6
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,5	5,4	17,5	140,6
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	9,4	10,8	3,3	148,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,0	5,4	20,1	140,8
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	45	3	0,4	19,4	93,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,7
Итого за прием пищи:		21,1	22,0	69,5	561,1

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,0	4,2	12,6	108,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		5,1	4,2	22,6	148,7

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	26	0,5	2,3	2	31,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	4,4	3,1	28	158,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,3	72
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	11,0	45,9
Итого за прием пищи:		7,3	5,7	56,3	307,8
Всего за день:		46,5	52,3	217,9	1531,2

Стоимость 179 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

07.10.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

ден

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	150	4,2	6,4	20,7	157,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,2	6,8	14,2	127,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	5,0	16,8	131,1
Итого за прием пищи:		11,1	18,2	51,7	415,9

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	99	0,6	0,1	10,9	46,3
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	10,9	46,3

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,7
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,9	4,9	13,3	118,7
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	9,4	10,6	3,4	146,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,2	3,8	15,3	104,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,3	92,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,2
Итого за прием пищи:		19,7	19,7	60,6	501,9

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,0	4,1	12,8	108,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		5,1	4,1	22,8	148,8

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	26	0,5	2,4	2,1	31,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	4,4	3,4	27,9	160,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,4	0,2	15,5	73,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	11,1	48,5
Итого за прием пищи:		7,4	6,1	56,6	312,2
Всего за день:		43,9	48,2	202,6	1425,1

Стоимость 179 руб