

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

07.11.2024г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

Завтрак

Масса порции

Белки г

Жиры г

Углеводы г

Энергетическая ценность ккал

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ

180

6,1

7,8

29,8

214,8

БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ

36/8

2,1

7,4

13,9

131,0

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ

180

2,7

2,8

14,8

95,6

Итого за прием пищи:

10,9

18,0

58,5

441,4

II Завтрак

ЯБЛОКИ

100

0,4

0,4

8,6

41,4

Итого за прием пищи:

0,4

0,4

8,6

41,4

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ

40

0,8

1,9

4,8

41,2

РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ

200/8

1,7

4,6

11,3

96,6

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ

105

13,2

11,8

19,1

236,3

ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж

47

3,1

0,4

20,1

96,8

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ

180/10

0

0

8,7

35

Итого за прием пищи:

18,8

18,7

64,0

505,9

Полдник

БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ

70

5,0

10,1

39,1

266,7

НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М

200/13

0,1

0

13,5

57,3

Итого за прием пищи:

5,1

10,1

52,6

324,0

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА

40/2

0,5

2,4

3

36,2

СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ

60

9,2

9,6

6,2

147,7

КАША ПШЕННАЯ

100/3

2,8

3,4

15,8

105,4

ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с

43

3,2

0,3

21,1

99,6

ЧАЙ С САХАРОМ

190/11

0,11

0

10,91

44,09

Итого за прием пищи:

15,81

15,7

57,01

432,99

Всего за день:

51,01

62,9

240,71

1745,69

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

07.11.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

Завтрак

Наименование блюда

Масса порции

Белки г

Жиры г

Углеводы г

Энергетическая ценность ккал

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ

160

5,4

7,0

26,8

193,2

БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ

30/7

1,8

6,5

11,6

112,2

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ

160

2,4

2,5

12,1

80,7

Итого за прием пищи:

9,6

16,0

50,5

386,1

II Завтрак

ЯБЛОКИ

100

0,4

0,4

8,6

41,4

Итого за прием пищи:

0,4

0,4

8,6

41,4

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ

30

0,7

1,7

3,8

34,3

РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ

150/5

1,4

3,6

8,4

75,6

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ

105

13,0

11,6

16,9

224,9

ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж

30

2

0,3

12,7

61,2

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ

150/8

0

0

8

31,9

Итого за прием пищи:

17,1

17,2

49,8

427,9

Полдник

БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ

50

3,5

6,5

28,1

185,5

НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М

170/11

0,1

0

11,7

49,2

Итого за прием пищи:

3,6

6,5

39,8

234,7

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА

30/2

0,4

1,8

2,3

26,8

СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ

60

9,1

9,3

6,1

144,7

КАША ПШЕННАЯ

90/8

2,4

3,2

14,4

95,7

ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с

40

3

0,2

19,5

91,9

ЧАЙ С САХАРОМ

185/15

0,11

0

15,01

60,49

Итого за прием пищи:

15,01

14,5

57,31

419,59

Всего за день:

45,71

54,6

206,01

1509,69

Стоимость меню

179 руб.

Стоимость меню 179 руб