

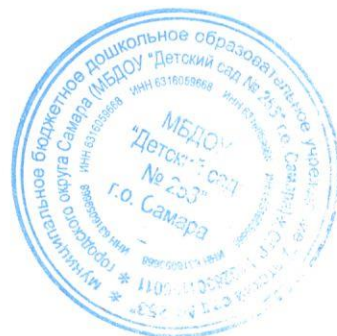


МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
08.02.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
08.02.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары 08.02.2023 Утверждаю Заведующий В. В. Коротких					
Категория: младшая группа Диета: без диеты					
день 3					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность в г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	20,1	16,4	23,4	326,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,3	65,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	6,6	15,1	129,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	130,9
Итого за прием пищи:		28,1	31,1	63,4	652,2
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	150	4,6	3,9	12,3	107,3
Итого за прием пищи:		4,6	3,9	12,3	107,3
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,8	2,9	4,8	50,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С СУХАРИКАМИ	200	9,9	7,3	31,9	236,3
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	12,6	13,5	4,9	190,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,2	3,7	15,3	103,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,1	0,4	19,7	94,8
СОК	180	0,9	0,2	18,3	78,3
Итого за прием пищи:		29,5	28,0	94,9	753,1
Полдник					
ПРЯНИКИ	35	2,3	1,8	29,1	142
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,3	1,8	38,8	180,7
Ужин					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,4	20,9	191,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,5	0,1	9,7	46
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		7,4	9,5	40,3	276,4
Всего за день:		71,9	74,3	249,7	1969,7

Стоимость 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары 08.02.2023 Утверждаю Заведующий В. В. Коротких					
Категория: младшая группа Диета: без диеты					
день 3					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	20,1	16,7	23,4	328,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,2	7,0	61,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	6,9	15,1	131,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	131,5
Итого за прием пищи:		28,1	31,5	63,3	653,0
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	150	4,6	3,9	12,4	108,0
Итого за прием пищи:		4,6	3,9	12,4	108,0
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,8	2,7	4,9	48,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С СУХАРИКАМИ	150	8,6	6,0	28,6	205,6
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	12,6	12,7	5,0	184,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,1	3,5	15,3	102,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,1	0,4	19,5	94
СОК	179	0,9	0,2	18,3	78,1
Итого за прием пищи:		28,1	25,5	91,6	712,2
Полдник					
Пряники	35	2,3	1,8	29,1	142
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,3	1,8	38,8	180,7
Ужин					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,5	22,0	197,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,5	0,1	9,7	46
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		7,6	9,6	41,4	282,6
Всего за день:		70,7	72,3	247,5	1938,5

Стоимость 179 руб