

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

08.06.2023г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

08.06.2023г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая

группа

Диета: без диет

день 9

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

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

Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,8	25,9	207,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/7	2,7	6,9	17,9	144,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	17,9	132,1
Итого за прием пищи:		13,5	20,4	61,7	484,9

II Завтрак

ФРУКТ	128	0,5	0,5	12,6	60,5
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	12,6	60,5

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0	0,9	4,9
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/11	4,3	8,0	16,7	167,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	15,2	14,5	16,4	258,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	3,9	0,5	24,8	119,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,1
Итого за прием пищи:		23,7	23,0	67,6	584,7

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,2	4,7	40,6	228,5
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,5	78,7
Итого за прием пищи:		7,1	4,9	59,1	307,2

Ужин

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	39	0,8	0,1	1,6	9,9
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	15,5	11,8	21,3	255,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,8	0,3	24,9	117,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		20,1	12,2	57,5	421,3
Всего за день:		64,9	61,0	258,5	1858,6

Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	6,8	20,0	160,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,7	5,5	17,8	131,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	3,8	4	15,6	114,2
Итого за прием пищи:		11,2	16,3	53,4	405,9

II Завтрак

ФРУКТ	128	0,5	0,5	12,6	60,6
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	12,6	60,6

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,3	0	0,9	4,9
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,9	7,6	12,8	143,7
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	15,8	14,6	21,3	281,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	3,9	0,5	24,7	118,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170	0	0	8,5	34,1
Итого за прием пищи:		23,9	22,7	68,2	582,6

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,2	4,0	37,7	209,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,5	78,7
Итого за прием пищи:		7,1	4,2	56,2	287,8

Ужин

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	38	0,8	0,1	1,6	9,8
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	15,6	12,0	21,6	256,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	3,8	0,3	24,9	117,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,000	0,000	8,500	34,100
Итого за прием пищи:		20,200	12,400	56,600	418,300
Всего за день:		62,900	56,100	247,000	0

Стоимость меню

179 руб

Стоимость меню

179 руб