

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

08.08.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория:сад (3-7 лет)

Диета: без диет

день 2

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

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,1	27,7	219,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	3	6,9	19,5	152,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	4,9	16,7	130,0
Итого за прием пищи:		14,3	20,9	63,9	502,0

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,7	0,1	13,1	55,7
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,1	55,7

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,7	2,0	26,2
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200	3,8	6,6	10,6	122,2
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	15,0	14,9	8,6	227,8
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,7	0,5	23,5	113,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200/5	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		26,2	27,17	75,65	656,02

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	5,88	3,10	48,93	246,56
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,5
Итого за прием пищи:		5,88	3,10	57,53	281,06

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	10,4	5,6	17,0	159,5
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,5	2,4	3,0	36,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,4	0,2	15,6	73,6
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,2	0,1	10,8	45,4
Итого за прием пищи:		13,5	8,3	46,4	314,6
Всего за день:		60,58	59,57	256,58	1809,38

Стоимость 179 р

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

08.08.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 2

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

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6	9,1	22,4	196,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	3	6,0	19,4	143,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	14,9	116,3
Итого за прием пищи:		13,1	19,5	56,7	456,2

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	133	0,7	0,1	13,4	57,3
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,4	57,3

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,6	2,0	24,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	150	3,4	5,9	8,3	103,5
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	15,1	15,1	8,8	230,2
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,7	0,5	23,4	112,7
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0	0	7,2	28,5
Итого за прием пищи:		25,9	26,57	70,95	627,22

Полдник

ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ	60	5,75	3,32	48,62	247,19
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,75	3,32	58,32	285,89

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	12,4	8,2	14,1	179,9
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,5	2,0	3,2	34,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,4	0,2	15,6	73,6
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,2	0,1	10,9	45,5
Итого за прием пищи:		15,5	10,5	43,8	333,0
Всего за день:		60,95	59,99	243,17	1759,61

Стоимость 179 р