



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
08.08.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,6	27,0	210,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,9	6,9	19,1	151,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	4,8	16,4	127,2
Итого за прием пищи:		13,8	20,3	62,5	488,7
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					
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25	0,2	0	0,6	3,5
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,9	6,7	11,4	126,4
ПЛОВ	150	15,6	15,8	35,0	343,7
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	50	3,5	0,5	22,7	109,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,7
Итого за прием пищи:		23,2	23,0	78,4	617,5
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,13	3,02	50,14	253,38
Итого за прием пищи:		6,13	3,02	50,14	253,38
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,6	3,1	3,5	45,0
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80/50	15,2	9,5	6,1	170,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	53	4,1	0,3	26,7	126,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		20,0	12,9	46,3	382,2
Всего за день:		63,53	59,62	245,94	1783,18

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
08.08.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: младшая
Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,7	9,0	23,4	197,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,9	7,1	19,2	153,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,3	14,8	116,4
Итого за прием пищи:		12,9	20,4	57,4	467,0
II Завтрак					
ФРУКТ/СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4
Обед					
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25	0,2	0	0,6	3,5
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130	3,4	4,6	8,2	92,5
ПЛОВ	150	15,5	15,9	35,1	344,9
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	53	3,6	0,5	22,7	109,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,2
Итого за прием пищи:		22,7	21,0	75,4	585,5
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,74	4,68	49,92	268,32
Итого за прием пищи:		6,74	4,68	49,92	268,32
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,6	3,3	39,3
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75/50	15,0	8,5	6,0	161,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	52	4	0,3	26,5	124,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		19,7	11,4	45,8	366,4
Всего за день:		62,44	57,88	237,12	1728,62

Стоимость меню

179руб