

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

09.01.2025г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

Самара

09.01.2025г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

г.о. Самара

Категория: первая

младшая группа

Диета: без диет

день 9

| Наименование блюда                   | Масса порции | белки г | Жиры г | углевод ы г | Энергет ическая ценност ь г | Наименование блюда                   | масса порции | белки г | жиры г | углевод ы г | энергет ическая ценност ь г |
|--------------------------------------|--------------|---------|--------|-------------|-----------------------------|--------------------------------------|--------------|---------|--------|-------------|-----------------------------|
| Завтрак                              |              |         |        |             |                             | Завтрак                              |              |         |        |             |                             |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                   | 200/6        | 6,6     | 9,1    | 29,9        | 227,8                       | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                   | 150/5        | 5,0     | 7,2    | 22,9        | 176,9                       |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                  | 30/7         | 2,2     | 6,5    | 14,3        | 125,2                       | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                  | 30/7         | 2,2     | 6,8    | 14,4        | 127,4                       |
| КАКАО С МОЛОКОМ                      | 200/11       | 3,8     | 4,0    | 16,3        | 117,4                       | КАКАО С МОЛОКОМ                      | 180          | 4,0     | 4,2    | 16,2        | 119,3                       |
| Итого за прием пищи:                 |              | 12,6    | 19,6   | 60,5        | 470,4                       | Итого за прием пищи:                 |              | 11,2    | 18,2   | 53,5        | 423,6                       |
| II Завтрак                           |              |         |        |             |                             | II Завтрак                           |              |         |        |             |                             |
| СОК ФРУКТОВЫЙ                        | 113          | 0,6     | 0,1    | 11,1        | 47,2                        | СОК ФРУКТОВЫЙ                        | 114          | 0,6     | 0,1    | 11,2        | 47,3                        |
| Итого за прием пищи:                 |              | 0,6     | 0,1    | 11,1        | 47,2                        | Итого за прием пищи:                 |              | 0,6     | 0,1    | 11,2        | 47,3                        |
| Обед                                 |              |         |        |             |                             | Обед                                 |              |         |        |             |                             |
| ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ              | 28           | 0,2     | 0      | 0,5         | 3,7                         | ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ              | 29           | 0,2     | 0      | 0,5         | 3,7                         |
| ЩИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ, С КАРТОФЕЛЕМ  | 200/13       | 1,5     | 5,0    | 8,1         | 83,8                        | ЩИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ, С КАРТОФЕЛЕМ  | 120/8        | 1,3     | 4,3    | 5,6         | 66,2                        |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ                     | 80           | 11,9    | 10,1   | 44,3        | 314,8                       | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ                     | 80           | 11,5    | 7,3    | 40,9        | 276,1                       |
| ХЛЕБ ржано-пшеничный                 | 39           | 2,6     | 0,3    | 16,6        | 80                          | ХЛЕБ ржано-пшеничный                 | 39           | 2,6     | 0,3    | 16,7        | 80,1                        |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ          | 180/10       | 0       | 0      | 9,7         | 38,7                        | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ          | 150          | 0       | 0      | 7,6         | 30,4                        |
| Итого за прием пищи:                 |              | 16,2    | 15,4   | 79,2        | 521,0                       | Итого за прием пищи:                 |              | 15,6    | 11,9   | 71,3        | 456,5                       |
| Полдник                              |              |         |        |             |                             | Полдник                              |              |         |        |             |                             |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                 | 30           | 1,4     | 0,1    | 24,2        | 103,4                       | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                 | 30           | 1,4     | 0,1    | 24,2        | 103,2                       |
| Итого за прием пищи:                 |              | 1,4     | 0,1    | 24,2        | 103,4                       | Итого за прием пищи:                 |              | 1,4     | 0,1    | 24,2        | 103,2                       |
| Ужин                                 |              |         |        |             |                             | Ужин                                 |              |         |        |             |                             |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ     | 30           | 0,6     | 3      | 2,6         | 39,9                        | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ     | 33           | 0,6     | 3      | 2,6         | 40,4                        |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180/4        | 3,3     | 4,0    | 21          | 133,2                       | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 155/4        | 2,8     | 3,1    | 18          | 112,5                       |
| ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с                 | 16           | 1,3     | 0,1    | 8,5         | 40,2                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 17           | 1,3     | 0,1    | 8,6         | 40,6                        |
| ЧАЙ С САХАРОМ                        | 190/11       | 0,11    | 0      | 10,93       | 43,86                       | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 185/11       | 0,11    | 0      | 10,63       | 42,76                       |
| Итого за прием пищи:                 |              | 5,31    | 7,1    | 43,03       | 257,16                      | Итого за прием пищи:                 |              | 4,81    | 6,2    | 39,83       | 236,26                      |
| Всего за день:                       |              | 36,11   | 42,3   | 218,03      | 1399,16                     | Всего за день:                       |              | 33,61   | 36,5   | 200,03      | 1266,86                     |

Стоимость меню 179 руб.

Стоимость меню 179 руб