



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

09.08.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. КороткихКатегория: сад (3-6 лет)
Диета: без диет

день 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	155/18	15,5	14,3	37,2	341,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3	6,9	19,9	154,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	3,7	17,5	120,9
Итого за прием пищи:		22,9	24,9	74,6	616,7

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	100	5,2	4,4	12,1	114,2
Итого за прием пищи:		5,2	4,4	12,1	114,2

Обед

ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	25	0,3	0,1	1	6,2
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,4	7,5	21,0	176,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	8,2	8,4	4,9	126,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	3,3	3,8	24,5	145,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,6	0,5	23,2	111,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		20,8	20,3	84,3	605,2

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	166,8
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	14,1	59,8
Итого за прием пищи:		3,2	4,1	43,9	226,6

Ужин

КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200/5	6,1	8,5	22,2	190,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	15,8	74,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,5	8,7	47,7	304,0
Всего за день:		60,6	62,4	262,6	1866,7
Всего за день:		52,3	54,7	268,0	1786,1

Стоимость 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
09.08.2023Утверждаю
Заведующий
В. В. КороткихКатегория: первая младшая группа
Диета: без диет

день 3

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	155/18	15,5	14,3	37,1	342,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3	7,0	19,9	154,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,0	3,3	13,9	101,5
Итого за прием пищи:		22,6	24,6	70,9	598,3

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	100	5,1	4,4	12,1	114,1
Итого за прием пищи:		5,1	4,4	12,1	114,1

Обед

ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	26	0,3	0,1	1	6,3
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,5	6,0	15,8	137,3
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	13,6	13,7	4,9	197,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	3,3	3,8	24,5	145,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		25,3	24,1	79,2	636,9

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	166,8
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	14,1	59,7
Итого за прием пищи:		3,2	4,1	43,9	226,5

Ужин

КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200/5	6	8,5	21,6	187,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	15,8	74,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,4	8,7	47,1	300,4
Всего за день:		64,6	65,9	253,2	1876,2
Всего за день:		56,3	58,2	253,7	1774,4

Стоимость 179 руб