



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
10.01.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)
Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетич еская ценность г
КАША ОВСЯНАЯ,МОЛОЧНАЯ	200	6,7	9,9	25,1	216,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,3	6,7	15,1	130,5
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	15,0	119,5
Итого за прием пищи:		13,3	21,1	55,2	466,7
II Завтрак					
ЙОГУРТ	92	2,6	2,3	4,2	52,5
Итого за прием пищи:		2,6	2,3	4,2	52,5
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,8	2,3	4,7	43,2
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,1	4,0	10,0	89,0
БЕФСТРОГАНОВ	50	5,6	9,7	3,0	126,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,7	5,8	30,2	199,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,9	76,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		18,7	22,1	72,5	569,3
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,2	0,1	24,8	104,8
СОК ФРУКТОВЫЙ	179	0,9	0,2	18,1	77,4
Итого за прием пищи:		2,1	0,3	42,9	182,2
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,9	6,2	20,3	161,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,5	0,3	22,8	107,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		9,4	6,5	51,8	304,1
Всего за день:		46,1	52,3	226,6	1574,8

Стоимость меню 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253"
10.01.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая
Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	бе лк и г	жиры г	углевод ы г	энерге тическая ая ценно
КАША ОВСЯНАЯ,МОЛОЧНАЯ	150	5,1	7,0	18,6	158,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,3	6,4	15,0	127,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	5,0	16,8	130,7
Итого за прием пищи:		12,1	18,4	50,4	416,5
II Завтрак					
ЙОГУРТ	92	2,6	2,3	4,2	52,3
Итого за прием пищи:		2,6	2,3	4,2	52,3
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,7	1,7	3,6	32,2
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100	2,0	2,7	5,6	54,9
БЕФСТРОГАНОВ	50	7,4	11,4	2,8	146,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	4,0	23,8	152,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,5	0,3	15,9	76,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		17,8	20,1	61,4	500,8
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,2	0,1	24,5	104,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,5
Итого за прием пищи:		2,1	0,3	42,7	181,6
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	120	7,1	7,5	24,1	193,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,5	0,3	22,7	107,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,5
Итого за прием пищи:		10,6	7,8	55,6	336,3
Всего за день:		45,2	48,9	214,3	1487,5

Стоимость меню 179 руб