

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
10.01.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 5

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
10.01.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность ккал
--------------------	--------------	---------	--------	------------	------------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130/4	13,3	9,0	18,8	212,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,4	6,7	52,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,1	6,6	13,6	122,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	16,1	113,0
Итого за прием пищи:		19,9	21,7	55,2	499,8

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,9	46,5
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,9	46,5

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	27	0,2	0	0,5	3,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,5	3,3	16,4	108,8
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	7,4	7,4	7,6	127,3
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,5	1,8	3,0	31,2
ХЛЕБ ржано-пшеничный	37	2,5	0,3	15,8	76,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,7	30,5
Итого за прием пищи:		13,1	12,8	51,0	377,5

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,0	4,3	40,5	224,7
Итого за прием пищи:		6,0	4,3	40,5	224,7

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	200/6	6,2	9,9	26,6	220,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	18	1,4	0,1	9,2	43,3
ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,11	0	9,92	40,0

Стоимость 179 руб.

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод г	энергетическая ценность ккал
--------------------	--------------	---------	--------	-----------	------------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	120/2	13,3	8,5	17,9	204,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	2,1	5,5	43,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,1	6,6	13,7	122,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	16,0	112,9
Итого за прием пищи:		19,8	20,9	53,1	484,1

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,9	46,5
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,9	46,5

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	27	0,2	0	0,5	3,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100/4	1,5	2,5	8,5	65,4
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	7,3	7,2	7,7	124,3
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,5	1,8	2,9	30,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	37	2,5	0,3	15,7	75,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,4	29,6
Итого за прием пищи:		12,0	11,8	42,7	329,1

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,1	4,6	40,7	228,6
Итого за прием пищи:		6,1	4,6	40,7	228,6

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	170/5	5,2	8,6	23,2	191,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,5	0,3	22,7	107,3
ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,11	0	9,92	40,0

Стоимость 179 руб