

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
10.04.2025г.

Категория: сад (3-6 лет)

Диета: без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
10.04.2025г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

Диета: без диет						Диета: без диет							
Наименование блюда		Масса порции	Жиры г	углевод ы г	Энергет ическая ценност ь г	Наименование блюда		масса порци и *	белки г	жиры г	углевод ы г	энергет ическая ценност ь г	
Завтрак						Завтрак							
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180		6,1	7,8	29,8	214,8	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160		5,4	7,0	26,4	191,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/10/30		2,2	8,4	14,3	141,3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7		1,8	6,4	11,7	111,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12		3,6	3,7	18,0	121,1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160		2,4	2,5	12,0	80,2
Итого за прием пищи:			11,9	19,9	62,1	477,2	Итого за прием пищи:			9,6	15,9	50,1	383,7
II Завтрак						II Завтрак							
ЯБЛОКИ	122		0,5	0,5	12	57,4	ЯБЛОКИ	122		0,5	0,5	12	57,6
Итого за прием пищи:			0,5	0,5	12	57,4	Итого за прием пищи:			0,5	0,5	12	57,6
Обед						Обед							
ИКРА МОРКОВНАЯ	40		0,7	1,9	4,3	38,7	ИКРА МОРКОВНАЯ	30		0,6	1,5	3,7	31,1
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8		2,7	6,8	18,2	149,4	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150/5		2,1	4,7	13,7	107,8
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170		12,6	12,5	19,1	240,2	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150		10,1	10,5	16,9	203,2
ХЛЕБ ржано-пшеничный	48		3,2	0,4	20,6	99	ХЛЕБ ржано-пшеничный	30		2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10		0	0	8,7	35	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8		0	0	7,5	29,8
Итого за прием пищи:			19,2	21,6	70,9	562,3	Итого за прием пищи:			14,8	17,0	54,5	433,1
Полдник						Полдник							
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70		6,2	4,7	40,4	229,0	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50		5,9	4,5	37,1	210,9
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13		0,1	0	13,2	54,6	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	170/11		0,1	0	11,7	48,5
Итого за прием пищи:			6,3	4,7	53,6	283,6	Итого за прием пищи:			6,0	4,5	48,8	259,4
Ужин						Ужин							
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30/2		0,6	1,8	2,8	30,0	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30/2		0,6	1,6	2,8	27,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5		2,7	4,4	17,2	118,9	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4		3,8	3,6	24,2	143,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45		3,3	0,3	21,9	103,5	ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40		3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11		0,09	0	10,88	43,92	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,09	0	15,08	60,72
Итого за прием пищи:			6,69	6,5	52,78	296,32	Итого за прием пищи:			7,49	5,4	61,58	324,12
Всего за день:			44,59	53,2	251,38	1676,82	Всего за день:			38,39	43,3	226,98	1457,92

Стоимость 210 руб

Стоимость 210 руб