

МБДОУ "Детский сад № 253" а.о. Самары
10.06.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа
Диета: без диеты

день 2

Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------	---------	--------	------------	---------------------------

МБДОУ "Детский сад № 253" а.о. Самары
10.06.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа
Диета: без диеты

день 2

Наименование блюда	масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак						Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,1	27,7	219,1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6	9,2	22,6	197,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,2	6,7	14,6	127,2	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,4	11,7	111,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,4	4,7	16,3	125,1	КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	4,0	4,1	14,8	113,4
Итого за прием пищи:		13,3	20,5	58,6	471,4	Итого за прием пищи:		11,8	19,7	49,1	422,8
II Завтрак						II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	2,8	3,1	4,6	58,2	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	2,8	3,1	4,6	58,2
Итого за прием пищи:		2,8	3,1	4,6	58,2	Итого за прием пищи:		2,8	3,1	4,6	58,2
Обед						Обед					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	20	0,6	1,2	1,6	19,8	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	20	0,6	1,5	2,1	24,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,0	5,2	10,1	100,1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	130	1,5	3,6	7,4	69,3
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/4	12,7	13,7	9,5	211,4	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,3	13,2	9,6	200,2
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,4	0,4	21,5	103,4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,8	51,8
ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	0,1	0	8,9	36	ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	0,1	0	9,1	36,7
Итого за прием пищи:		21,8	23,97	72,85	598,52	Итого за прием пищи:		18,2	21,97	60,25	509,82
Полдник						Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,2	24,5	137,5	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,5	3,2	34,2	176,2	Итого за прием пищи:		2,3	2,9	32,0	163,8
Ужин						Ужин					
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100/5	9,0	5,9	17,0	156,1	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115/5	7,7	6,2	14,3	143,4
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,3	1,7	3,1	30,2	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,3	1,9	2,7	28,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	38	2,9	0,2	19,3	91,3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с. 0,60кг	25	1,9	0,2	12,7	60,1
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80,0	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	15,4	73,8
Итого за прием пищи:		12,7	8,0	56,1	357,6	Итого за прием пищи:		10,4	8,5	45,1	305,9
Всего за день:		53,1	58,77	226,35	1661,92	Всего за день:		45,5	56,17	191,05	1460,52

Стоимость 210 руб

Стоимость 210 руб