

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
10.07.2023
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-4 лет)
Диета: без диет

день 1

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	200/5	5,9	8,9	25,3	204,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,2	6,7	14,5	126,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,1
Итого за прием пищи:		12,6	20,3	57,3	460,6
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	120	0,1	0	8,0	33,4
Итого за прием пищи:		0,1	0	8,0	33,4
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	31	0,6	2,8	2,4	37,1
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	210	6,2	6,1	15,9	141,5
МАКАРОННИК С МЯСОМ ПТИЦЫ	160	14,8	16,3	25,3	305,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,4	93,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		24,6	25,6	72,7	616,4
Полдник					
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	5,8	5,0	13,1	121,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,8	5,0	22,8	160,4
Ужин					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	24	0,2	0	0,4	3,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,6	5,4	24,9	162,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,2	0,3	21	99,1
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,2	0,1	10,8	45,4
Итого за прием пищи:		7,2	5,8	57,1	309,8
Всего за день:		50,3	56,7	217,9	1580,6
Итого за прием пищи:		7,6	5,7	60,2	323,9
Всего за день:		58,2	61,4	227,0	1694,9

Стоимость 179 р

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
10.07.2023
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	150	5,8	9,0	25,3	205,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,2	6,5	14,5	125,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	4,4	15,9	120,1
Итого за прием пищи:		12,2	19,9	55,7	451,1
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	120	0,1	0	7,7	32,4
Итого за прием пищи:		0,1	0	7,7	32,4
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	31	0,6	2,8	2,4	36,9
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	5,0	4,9	11,9	110,6
МАКАРОННИК С МЯСОМ ПТИЦЫ	160	14,9	16,5	25,5	309,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,4	93,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		23,5	24,6	67,8	585,3
Полдник					
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	5,7	5,0	13,1	120,9
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		5,7	5,0	21,7	155,5
Ужин					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	24	0,2	0	0,4	3,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,6	5,5	24,9	163,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	21,1	99,7
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,2	0,1	10,9	45,5
Итого за прием пищи:		7,2	5,9	57,3	312,0
Всего за день:		48,7	55,4	210,2	1536,3
Итого за прием пищи:		7,6	5,8	60,3	325,5
Всего за день:		56,5	59,5	220,2	1648,9

Стоимость 179 р