



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
10.08.2023
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,7	27,1	211,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	3,2	7,1	21,0	160,2
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	14,9	117,4
Итого за прием пищи:		13,6	20,2	63,0	489,2
II Завтрак					
ФРУКТ	116	0,5	0,5	11,4	54,5
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,4	54,5
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	40	0,2	0	0,7	3,7
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,8	7,6	9,7	133,3
ПЛОВ	150	16,9	17,1	35,0	360,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	3,9	0,5	24,7	118,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		25,8	25,2	78,8	651,4
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,1	6,9	41,9	252,6
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	104,8
Итого за прием пищи:		11,1	12,5	50,1	357,4
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,6	3,1	3,5	44,8
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	22,5	9,2	5,7	195,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,2	0,3	20,9	98,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		26,3	12,6	39,8	378,0
Всего за день:		77,3	71,0	243,1	1930,5

Стоимость меню

179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
10.08.2023
Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая
Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,7	8,8	23,3	195,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20	3,2	5,5	20,8	147,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,4	15,0	117,9
Итого за прием пищи:		13,1	18,7	59,1	460,3
II Завтрак					
ФРУКТ	116	0,5	0,5	11,4	54,6
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,4	54,6
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	40	0,2	0	0,7	3,8
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,1	6,6	7,5	111,5
ПЛОВ	150	16,9	16,9	34,9	358,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	3,9	0,5	24,8	119,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		25,1	24,0	76,5	627,8
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,2	7,0	42,0	256,5
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	104,8
Итого за прием пищи:		11,2	12,6	50,2	361,3
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,6	3,1	3,5	44,4
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	22,5	9,3	5,8	197,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,2	0,3	20,9	98,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		26,3	12,7	39,9	378,9
Всего за день:		76,2	68,5	237,1	1882,9

Стоимость меню

179руб

