



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
11.01.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)
Диета: без диет

день 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	22,4	18,5	24,0	358,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,3	64,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,6	7,2	23,5	173,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,8	131,3
Итого за прием пищи:		31,7	33,8	72,6	727,3
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	180	5,2	4,5	16,1	131,0
Итого за прием пищи:		5,2	4,5	16,1	131,0
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,7	1,8	4,1	37,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	8,3	7,3	19,6	179,6
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	14,8	15,1	4,9	214,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,2	3,7	15,3	103,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,9	100,3
СОК	180	1	0,2	20,4	86,6
Итого за прием пищи:		30,3	28,5	85,2	721,7
Полдник					
ПРЯНИКИ	35	2,1	1,7	26,8	130,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,1	1,7	36,5	169,3
Ужин					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,5	20,9	193,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	4,4	0,4	28,9	136,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		10,3	9,9	59,5	368,3
Всего за день:		79,6	78,4	269,9	2117,6

Стоимость меню 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
11.01.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

В. В. Коротких

Категория: младшая группа
Диета: без диет

день 3

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	135/25	22,2	17,4	23,6	347,7
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3	6,6	58,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,6	7,6	23,3	175,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	17,9	132,2
Итого за прием пищи:		31,6	32,7	71,4	714,1
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	180	5,2	4,5	12,2	115,4
Итого за прием пищи:		5,2	4,5	12,2	115,4
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,7	2,4	4,8	45,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	6,8	5,6	15,6	143,7
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	15,0	15,2	5,2	217,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,2	3,9	15,3	105,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,7	99,4
СОК	180	1	0,2	20,4	86,5
Итого за прием пищи:		28,9	27,7	82,0	697,2
Полдник					
ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,1	1,6	36,0	166,8
Ужин					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,5	21,8	197,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,5	0,4	29,2	137,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		10,6	9,9	60,7	373,5
Всего за день:		78,4	76,4	262,3	2067,0

Стоимость меню 179 руб