



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

11.12.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад/детский сад

Диета: без диеты

день 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	14,6	10,9	21,0	242,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,7	6,8	17,5	142,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,1	4,4	16,6	122,7
Итого за прием пищи:		21,4	22,1	55,1	507,6
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	125/5	3,6	3,1	11,7	92,5
Итого за прием пищи:		3,6	3,1	11,7	92,5
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	4,7	15,6	117,2
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	11,3	11,4	4,8	167,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	3,6	4,2	23,2	145,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	57	3,8	0,5	24,3	116,8
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,93	44,05
Итого за прием пищи:		22,01	23,1	82,03	627,85
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	26	2	2,5	19,4	108,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2	2,5	29,1	147,2
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,3	8,3	19,9	176,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	48	3,7	0,3	24,3	114,4
Итого за прием пищи:		9,0	8,6	44,2	291,3
Всего за день:		58,01	59,4	222,13	1666,45
Всего за день:		52,4	55,9	214,69	1584,07

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

11.12.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад/детский сад

Диета: без диеты

день 3

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	14,6	11,4	20,3	244,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,6	6,9	17,3	142,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,1	4,4	16,9	123,8
Итого за прием пищи:		21,3	22,7	54,5	510,7
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	125/5	3,6	3,1	12,0	93,6
Итого за прием пищи:		3,6	3,1	12,0	93,6
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,8	2,8	38,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	150	1,8	3,0	9,5	75,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	2,6	15,6	95,8
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	7,8	8,3	4,9	125,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	11,33	45,55
Итого за прием пищи:		14,61	17,0	56,83	442,05
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	24	1,8	2,4	18,1	101,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		1,8	2,4	27,8	140,0
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,6	9,5	22,1	196,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:		9,3	9,8	46,4	311,5
Всего за день:		50,61	55,0	197,53	1497,85
Всего за день:		47,0	48,7	202,69	1448,27

Стоимость 179 руб