



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

12.04.2023

г.о. Самара

Категория: сад (3-5 лет)

Диета: без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетич еская ценность г
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	19,8	13,8	24,7	305,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	0,9	2,6	6,7	54,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,1	6,7	14,3	125,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	131,3
Итого за прием пищи:		27,6	28,1	62,5	616,4

II Завтрак

ЙОГУРТ	157	4,4	3,9	7,1	88,9
Итого за прием пищи:		4,4	3,9	7,1	88,9

Обед

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,8	2,4	4,6	43,4
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,4	4,7	11,9	103,7
БЕФСТРОГАНОВ	60	11,2	15,9	3,5	204,3
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	4,0	23,6	151,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,1	0,4	19,9	95,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		23,8	27,5	74,3	643,4

Полдник

БУТЕРБРОДЫ ПОВИДЛОМ	55	2,3	0,2	30,3	132,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,3	0,2	40,0	170,7

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	5,6	8,6	27,6	210,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,8	0,1	5,2	24,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	17,2	82,6
Итого за прием пищи:		6,9	8,9	50,0	318,1
Всего за день:		65,0	68,6	233,9	1837,5

Стоимость меню 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253"

12.04.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углевод ы г	Энерге тическ ая ценно сть
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	19,8	14,0	24,4	306,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	0,9	2,4	6,8	53,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,1	6,5	14,2	124,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	131,9
Итого за прием пищи:		27,6	27,9	62,2	615,3

II Завтрак

ЙОГУРТ	157	4,4	3,9	7,1	88,9
Итого за прием пищи:		4,4	3,9	7,1	88,9

Обед

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,7	2,6	4,6	45,3
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,9	3,8	8,4	78,4
БЕФСТРОГАНОВ	60	11,2	15,9	3,6	206,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	3,9	23,7	150,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,1	0,4	19,6	94,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0,1	10,8	45,0
Итого за прием пищи:		23,2	26,7	70,7	620,2

Полдник

БУТЕРБРОДЫ ПОВИДЛОМ	55	2,3	0,2	30,1	131,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,3	0,2	39,8	170,0

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	5,6	8,8	27,9	214,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,8	0,1	5,1	24,2
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	17,1	82,2
Итого за прием пищи:		6,9	9,1	50,1	320,5
Всего за день:		64,4	67,8	229,9	1814,9

Стоимость меню 179 руб

