



МБОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

12.05.2023г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 10

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	энергетическая ценность ккал
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ	130	12,4	11,7	20,5	239,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	1,6	4,0	32,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,3	6,7	15,3	131,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	3,7	16,4	118,0
Итого за прием пищи:		19,8	23,7	56,2	520,5
II Завтрак					
ЙОГУРТ	190	3,8	2,9	5,7	91,5
Итого за прием пищи:		3,8	2,9	5,7	91,5
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,8	2,2	4,1	39,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	6,7	14,4	136,9
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	11,9	15,5	14,5	244,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,3	0,4	21,2	102
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	42,1
Итого за прием пищи:		19,7	24,8	64,2	564,8
Полдник					
БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	50	5,5	2,7	32,7	175,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		5,6	2,8	43,5	220,1
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,5	7,7	26,5	202,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,2	0,3	21,3	100,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,7	8,0	57,5	341,7
Всего за день:		58,6	62,2	227,1	6
Всего за день:		44,9	49,9	243,6	5

Стоимость 179р



МБОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

12.05.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 10

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность ккал
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ	130	12,5	11,9	21,1	242,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	1,8	4,3	35,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,3	6,4	15,0	127,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	3,7	16,4	116,7
Итого за прием пищи:		19,8	23,8	56,8	521,7
II Завтрак					
ЙОГУРТ	190	3,8	2,9	5,7	91,4
Итого за прием пищи:		3,8	2,9	5,7	91,4
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,8	2,4	4,1	41,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,1	5,9	10,2	109,2
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	12,0	16,0	14,7	250,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,3	0,4	21,2	102
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	9,1	39,0
Итого за прием пищи:		19,3	24,7	59,3	542,4
Полдник					
БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	50	5,8	3,2	32,9	181,8
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		5,9	3,3	43,7	226,7
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,6	7,7	26,6	202,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	3,2	0,3	21	99,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,8	8,0	57,3	340,9
Всего за день:		58,6	62,7	222,8	1
Всего за день:		44,0	49,3	239,5	2

Стоимость 179р