

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

12.09.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с/дош/лет)

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетическая ценность ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,8	25,9	207,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,1	6,6	13,6	122,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,4	129,6
Итого за прием пищи:		12,7	20,1	56,9	459,0

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,1	0	0,5	2,5
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/11	4,0	6,1	16,1	138,2
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11,2	11,2	16,4	211,8
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	42	2,8	0,4	17,8	85,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	16,8	80,1
Итого за прием пищи:		18,6	17,9	67,6	518,4

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,1	4,5	32,9	193,4
СОК ФРУКТОВЫЙ	179	0,9	0,2	18,1	77
Итого за прием пищи:		6,0	4,7	51,0	270,4

Ужин

ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК ж/б	26	0,5	0	1,1	6,8
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	10,2	10,4	17,3	202,0
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	44	3,3	0,3	21,8	102,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,6
Итого за прием пищи:		14,1	10,7	50,1	351,3
Всего за день:		51,8	53,8	234,2	1640,5

Стоимость меню 179 руб.

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

12.09.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергетическая ценность ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	190	6,0	7,1	24,0	185,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,1	6,3	13,5	119,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,7	3,7	16,8	116,7
Итого за прием пищи:		11,8	17,1	54,3	420,9

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2	0	0,5	2,7
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130	3,3	8,2	10,9	133,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,2	11,2	21,3	235,9
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	43	2,9	0,4	18,4	88,4
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	17,6	84,6
Итого за прием пищи:		19,2	20,0	68,7	544,6

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	7,1	9,7	27,7	227,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,4
Итого за прием пищи:		8,0	9,9	45,9	304,4

Ужин

ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК ж/б	25	0,5	0	1,1	6,7
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	160	11,2	12,9	18,8	234,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	43	3,3	0,3	21,7	102,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,9	39,6
Итого за прием пищи:		15,1	13,2	51,5	383,6
Всего за день:		54,5	60,6	229,0	1694,9

Стоимость меню 179 руб