



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
12.12.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет день 4					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	6,6	9,1	29,9	227,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,7	14,3	125,9
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,6	3,7	15,9	112,5
Итого за прием пищи:		12,4	19,5	60,1	466,2
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,5	0,1	10,6	45,3
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,6	45,3
Обед					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	31	0,3	0	0,5	4,1
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,7	5,4	7,7	91,1
ПЛОВ	160	12,8	13,5	28,2	284,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	46	3,1	0,4	19,6	94,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/11	0	0	10,7	42,7
Итого за прием пищи:		17,9	19,3	66,7	516,6
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,4	2,7	41,2	210,7
Итого за прием пищи:		5,4	2,7	41,2	210,7
Ужин					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135/5	2,7	5,2	18,8	132,1
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50/3	0,3	1,8	2,8	29,3
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	31	2,4	0,2	15,9	74,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,91	43,96
Итого за прием пищи:		5,51	7,2	48,41	280,26
Всего за день:		41,71	48,8	227,01	1519,06

Стоимость меню 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
12.12.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая Диета: без диет день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,9	7,2	22,3	174,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	7,1	14,5	130,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,7	3,8	16,2	114,6
Итого за прием пищи:		10,8	18,1	53,0	419,7
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,5	0,1	10,6	45,2
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,6	45,2
Обед					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	31	0,3	0	0,5	4,1
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,3	4,0	4,9	65,1
ПЛОВ	150	12,7	12,6	25,9	268,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/7	0	0	7,3	29
Итого за прием пищи:		16,3	16,9	51,3	428,1
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	6,4	4,0	41,4	226,0
Итого за прием пищи:		6,4	4,0	41,4	226,0
Ужин					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,0	3,8	14,3	100,0
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50/3	0,4	2	3,6	35,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,4	0,2	15,7	74
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	11,11	44,86
Итого за прием пищи:		4,91	6,0	44,71	253,96
Всего за день:		38,91	45,1	201,01	1372,96

Стоимость меню 179руб