



МБДОУ "Детский сад № 253" з.о.
Самара
13.09.2024г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких


Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без diet

день
10

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/15	17,3	11,9	29,2	294,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,2	5,8	14,4	119,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,6	16,3	124,6
Итого за прием пищи:		23,9	22,3	59,9	538,7
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	53	0,2	0,2	5,2	25,2
Итого за прием пищи:		0,2	0,2	5,2	25,2
Обед					
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	20	0,2	0	0,8	4,8
СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,4	5,8	15,8	136,3
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	90	12,8	16,4	14,5	257,7
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,6
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж. 0,65кг	44	3	0,4	18,9	91,1
Итого за прием пищи:		20,5	22,6	60,0	531,5
Полдник					
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	55	2,3	0,2	27,5	120,8
КЕФИР С САХАРОМ	180	5	4,3	11,9	111,6
Итого за прием пищи:		7,3	4,5	39,4	232,4
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6,5	7,9	26,4	203,3
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	18	1,4	0,1	8,9	42
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,7
Итого за прием пищи:		8,0	8,0	45,2	285,0
Всего за день:		59,9	57,6	209,7	1612,8

Стоимость меню 179 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" з.о.
Самара
13.09.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких


Категория: первая младшая группа

Диета: без diet

день
10

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завт					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/15	17,9	15,8	27,4	326,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,3	6,4	15,1	127,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	4,9	16,4	129,5
Итого за прием пищи:		25,0	27,1	58,9	583,9
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	52	0,2	0,2	5,2	24,8
Итого за прием пищи:		0,2	0,2	5,2	24,8
Обед					
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	20	0,2	0	0,8	4,8
СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,6	5,8	11,7	115,9
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	85	13,8	17,8	14,6	274,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1	0	9,9	41,3
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж. 0,65кг	43	2,9	0,4	18,4	88,4
Итого за прием пищи:		20,6	24,0	55,4	524,8
Полдник					
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/15	1,4	0,1	21,0	90,2
КЕФИР С САХАРОМ	180	5	4,3	13,6	118,5
Итого за прием пищи:		6,4	4,4	34,6	208,7
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6,5	7,3	28,0	204,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	20	1,5	0,1	10	47,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,9	39,7
Итого за прием пищи:		8,1	7,4	47,9	292,0
Всего за день:		60,3	63,1	202,0	1634,2

Стоимость меню 179 руб.