



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
13.11.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

В. В. Коротких

Категория: сад (до 7 лет)

день 3

Диета: без диеты

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	65	12,8	8,4	11,7	175,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/9	2	8,2	13,3	135,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,5	130,2
Итого за прием пищи:		19,3	21,3	42,5	441,0
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/5	2,8	2,5	9,4	73,9
Итого за прием пищи:		2,8	2,5	9,4	73,9
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,7	5,3	15,8	127,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	50	11,9	12,1	4,8	175,8
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	150	5,6	0,7	35,9	172,3
ЧАЙ С САХАРОМ	45	3	0,4	19,2	92,2
Итого за прием пищи:	190/11	0,11	0	10,93	44,08
Итого за прием пищи:		23,91	20,8	89,83	647,48
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	34	2,5	3,3	25,3	141,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,5	3,3	35,0	180,3
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,0	20,9	188,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	33	2,5	0,2	16,3	76,9
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		8,5	9,2	47,5	308,5
Всего за день:		57,01	57,1	224,23	1651,18

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
13.11.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

день 3

Диета: без диеты

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	95	13,5	9,8	15,0	206,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,2	11,2	107,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,8	131,5
Итого за прием пищи:		19,7	20,7	44,0	445,0
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	90/6	3,012	0,1	4,016	31,13
Итого за прием пищи:		3,012	0,1	4,016	31,13
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,1	2,9	33,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	150	1,7	2,2	9,3	65,8
БИТОЧКИ ИЗ КУР МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	50	7,5	7,7	4,6	118,5
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	100	3,8	0,5	24,3	116,6
ЧАЙ С САХАРОМ	26	1,7	0,2	10,8	52,1
Итого за прием пищи:	185/11	0,11	0	11,03	44,38
Итого за прием пищи:		15,31	12,7	62,93	430,58
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,3	2,9	32,0	163,8
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	10,0	22,4	204,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		9,9	10,3	57,0	361,8
Всего за день:		50,222	46,7	199,946	1432,31

Стоимость 179 руб