

14.02.2023 г. МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
 МБДОУ "Детский сад № 253"
 Утверждаю
 Заведующий
 В. В. Коротких

Категория: сад (3-5 лет)

Диета: без диет

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

Завтрак

КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	205	6,5	9,0	26,3	212,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,4	6,7	15,8	133,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,1
Итого за прием пищи:		13,4	20,4	59,8	477,5

II Завтрак

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	4,3	4,7	6,9	87,3
Итого за прием пищи:		4,3	4,7	6,9	87,3

Обед

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	50	0,8	4,9	4,3	64,6
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	4,4	16,6	125,9
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	18,2	15,9	38,2	367,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,4	98,3
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,8	0	17,2	72,7
Итого за прием пищи:		27,0	25,6	96,7	728,7

Полдник

ПРЯНИКИ	45	2,7	2,2	34,4	167,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,7	2,2	44,1	206,5

Ужин

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	6,5	2,7	3,1	63,1
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,8	4,8	17	121,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,9	0,3	25,4	119,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		13,2	7,8	55,2	343,2
Всего за день:		60,6	60,7	262,7	1843,2

Стоимость меню 179 руб

14.02.2023 г. МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
 МБДОУ "Детский сад № 253"
 Утверждаю
 Заведующий
 В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

день 7

Наименование блюда	масса порции	белк и г	жиры г	углев оды г	энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	----------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ОВСЯНАЯ, МОЛОЧНАЯ	150	5	7,3	18,9	161,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,4	6,5	15,7	131,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,2
Итого за прием пищи:		11,9	18,5	52,3	424,7

II Завтрак

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,7	5,1	7,6	96,2
Итого за прием пищи:		4,7	5,1	7,6	96,2

Обед

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	50	0,8	5,1	4,3	66,5
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,4	4,1	11,4	98,6
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	18,0	16,2	38,7	371,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,2	0,4	20,3	97,7
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,8	0	17,3	73,0
Итого за прием пищи:		26,2	25,8	92,0	706,8

Полдник

ПРЯНИКИ	45	2,7	2,2	34,3	167,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,7	2,2	44,0	206,3

Ужин

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	6,4	2,6	3,2	63,2
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,5	4,8	15,6	116,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,9	0,3	25,3	119,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		12,8	7,7	53,8	338,0
Всего за день:		58,3	59,3	249,7	1772,0

Стоимость меню 179 руб