



МБДОУ "Детский сад № 253"

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 4 до 7 лет)

Диета: без диет

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

Завтрак

КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	205	6,4	9,0	26,3	212,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,3	6,7	15,3	131,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,1
Итого за прием пищи:		13,2	20,4	59,3	474,6

II Завтрак

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	195	5,5	6	8,9	113,5
Итого за прием пищи:		5,5	6	8,9	113,5

Обед

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	50	0,8	4,9	4,2	64,3
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,9	15,1	15,4	216,0
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	18,5	16,3	38,2	371,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,2	97,3
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,8	0	17,2	72,6
Итого за прием пищи:		27,2	36,7	95,2	822,0

Полдник

Пряники	40	2,4	1,9	30	146,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,4	1,9	39,7	185,1

Ужин

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	9,3	2,9	3,1	76,2
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,8	4,8	17	121,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	2,4	0,2	15,7	74,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		14,5	7,9	45,5	310,5
Всего за день:		62,8	72,9	248,6	1905,7

Стоимость меню 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253"

14.03.2023г

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

день 7

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША ОВСЯНАЯ, МОЛОЧНАЯ	150	5,1	7,7	19,5	167,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,3	6,4	15,1	127,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,2
Итого за прием пищи:		11,9	18,8	52,1	425,6

II Завтрак

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	195	5,5	6	8,9	113,5
Итого за прием пищи:		5,5	6	8,9	113,5

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	150	3,3	4,1	11,1	97,6
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	18,7	17,2	38,5	383,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	20,1	96,9
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,8	0	17,2	72,5
Итого за прием пищи:		26,7	26,6	91,2	714,8

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	40	2,4	1,9	30	146,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,4	1,9	39,7	185,1

Ужин

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	9,6	2,9	3,2	76,8
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,6	4,6	15,8	115,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,4	0,2	15,8	74,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		14,6	7,7	44,5	305,4
Всего за день:		61,1	61,0	236,4	1744,4

Стоимость меню 179 руб