

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

Самара

14.04.2023г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

День

10

МБДОУ "Детский сад № 253"

г.о. Самара

14.04.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

День

10

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ со сгущенным молоком	130	21,9	17,4	30,8	370,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,7	16,0	134,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	3,7	16,4	118,0
Итого за прием пищи:		28,8	27,8	63,2	622,5

II Завтрак

ЙОГУРТ	170	3,4	2,6	5,1	81,8
Итого за прием пищи:		3,4	2,6	5,1	81,8

Обед

ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,8	2,2	4,1	39,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	6,7	14,4	137,5
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	14,9	18,5	14,5	284,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22,1	106,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	42,3
Итого за прием пищи:		22,8	27,9	65,1	610,5

Полдник

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
ПРЯНИКИ	73	4,4	3,5	55,4	270,5
Итого за прием пищи:		4,5	3,6	66,2	315,4

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,6	7,8	26,6	203,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	19	89,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,5	8,0	55,3	331,7
Всего за день:		69,0	69,9	254,9	1961,9
Стоимость	179 р.				

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ со сгущенным молоком	130	21,9	16,8	31,1	366,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,7	15,8	133,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	3,7	16,4	118,5
Итого за прием пищи:		28,9	27,2	63,3	618,1

II Завтрак

ЙОГУРТ	170	3,4	2,6	5,1	81,8
Итого за прием пищи:		3,4	2,6	5,1	81,8

Обед

ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,8	2,2	4,2	40,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,1	6,5	10,5	116,1
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	14,8	18,5	14,3	283,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,2	106,7
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	9,2	39,2
Итого за прием пищи:		22,3	27,7	60,4	585,7

Полдник

ПРЯНИКИ	73	4,4	3,5	55,4	270,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	45,1
Итого за прием пищи:		4,5	3,6	66,2	315,4

Ужин

	200	6,5	8,0	26,7	206,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	19,1	90,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,4	8,2	55,5	335,0
Всего за день:		68,5	69,3	250,5	1936,0
Стоимость	179р				