

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

14.09.2023г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции г	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергет ическая ценност ь г
--------------------	----------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,7	25,9	207,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/7	3	7,0	19,7	153,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,2	128,9
Итого за прием пищи:		13,6	20,4	62,8	489,4

II Завтрак

ФРУКТ	73	0,3	0,3	7,3	34,8
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,3	34,8

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,2	0	0,6	3,3
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/11	4,1	6,6	16,3	146,3
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	16,4	15,5	16,4	271,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,7	90,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		23,6	22,5	60,6	545,9

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,8	40,5	229,6
СОК ФРУКТОВЫЙ	182	0,9	0,2	18,5	78,6
Итого за прием пищи:		7,2	5,0	59,0	308,2

Ужин

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	39	0,6	0	1,2	7,4
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	13,9	11,8	21,4	246,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	2,7	0,2	17,8	84
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		17,2	12,0	50,1	376,4
Всего за день:		61,9	60,2	239,8	1754,7

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

14.09.2023г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции г	белки г	жиры г	углевод ы г	энергет ическая ценност ь г
--------------------	----------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6,1	18,5	148,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	3	5,3	19,4	137,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	3,8	4	14,8	111,1
Итого за прием пищи:		11,3	15,4	52,7	397,5

II Завтрак

ФРУКТ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2	0	0,6	3,4
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,9	6,1	12,8	124,9
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	18,8	17,1	21,4	315,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	91,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170	0	0	8,1	32,2
Итого за прием пищи:		25,9	23,6	62,0	567,7

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	7,1	5,7	37,7	228,4
СОК ФРУКТОВЫЙ	183	0,9	0,2	18,5	78,8
Итого за прием пищи:		8,0	5,9	56,2	307,2

Ужин

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	41	0,6	0	1,3	7,6
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	14,1	12,1	21,1	248,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,7	0,2	17,8	84
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,0000	0,0000	8,1000	32,2000
Итого за прием пищи:		17,4000	12,3000	48,3000	372,2000
Всего за день:		63,0000	57,6000	227,0000	1754,00

Стоимость меню

179 руб

Стоимость меню

179 руб