

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
14.10.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

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

Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	200/5	5,8	8,8	25,3	203,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,7	6,5	11,4	110,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,4	129,9
Итого за прием пищи:		12,0	20,0	54,1	443,7
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	100	0,1	0	7,9	33,1
Итого за прием пищи:		0,1	0	7,9	33,1
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ	40	0,6	1,9	3,7	34,2
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	6,0	5,9	15,2	135,9
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60	9,6	12,9	4,8	173,2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,8	5,2	30,7	196,3
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	38	2,5	0,3	16,1	77,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,8	39,2
Итого за прием пищи:		25,5	26,2	80,3	656,2
Полдник					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,1	4,3	12,5	110,0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,7
Итого за прием пищи:		5,1	4,3	21,1	144,7
Ужин					
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	19	0,2	0	0,7	4,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,2	5,0	20,9	141,0
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	21	1,6	0,1	10,6	50
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		5,1	5,1	42,5	238,6
Всего за день:		47,8	55,6	205,9	1516,3

Стоимость 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
14.10.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Наименование блюда	масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность ккал
--------------------	--------------	---------	--------	------------	------------------------------

Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	150	5,8	8,8	25,2	203,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,8	9,5	11,3	137,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	16,2	121,1
Итого за прием пищи:		11,7	22,7	52,7	461,6
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	100	0,1	0	7,7	32,2
Итого за прием пищи:		0,1	0	7,7	32,2
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ	30	0,4	1,4	3,0	26,3
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,9	4,5	11,4	104,9
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60	9,7	13,2	5,0	177,2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,1	4,2	23,5	152,7
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж	37	2,5	0,3	16	77,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,8	39,2
Итого за прием пищи:		22,6	23,6	68,7	577,5
Полдник					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,2	4,4	12,5	111,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9	36
Итого за прием пищи:		5,2	4,4	21,5	147,2
Ужин					
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	19	0,2	0	0,7	4,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,7	5,1	17,7	128,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	21	1,6	0,1	10,8	50,7
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		4,6	5,2	39,5	226,3
Всего за день:		44,2	55,9	190,1	1444,8

Стоимость 179 руб.