

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
14.11.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	6,6	9,1	30,0	227,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,8	4,0	16,3	117,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/10/12	4,9	12,5	14,2	189,3
Итого за прием пищи:		15,3	25,6	60,5	534,6
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	91	0,3	0,3	7,9	38
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,9	38
Обед					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,7
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/8	1,7	5,3	7,7	89,4
ПЛОВ	140	14,3	14,6	29,7	306,9
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	47	3,1	0,4	20	96,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,4	45,8
Итого за прием пищи:		19,3	20,3	69,3	542,2
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4,8	2,7	38,2	196,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,3	55,2
Итого за прием пищи:		4,9	2,7	51,5	251,7
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	7,7	2,3	5,2	71,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135/5	2,8	5,2	19,2	134,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	34	2,6	0,2	17,3	81,8
ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,11	0	10,92	43,94
Итого за прием пищи:		13,21	7,7	52,62	331,54
Всего за день:		53,01	56,6	241,82	1698,04

Стоимость меню

179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
14.11.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,9	7,7	22,8	180,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/7/12	4,5	9,7	11,8	153,1
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,0	4,1	16,6	121,0
Итого за прием пищи:		13,4	21,5	51,2	454,6
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	81	0,3	0,3	8	38,1
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8	38,1
Обед					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	24	0,2	0	0,4	3,2
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,2	3,4	4,8	57,8
ПЛОВ	130	13,5	14,3	22,5	272,4
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,6	30,1
Итого за прием пищи:		16,9	18,0	48,0	424,7
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	5,2	3,3	36,3	196,3
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		5,3	3,3	46,6	239,2
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	7,4	2,6	4,9	72,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,1	3,4	14,2	97,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	11,02	44,34
Итого за прием пищи:		12,71	6,2	50,22	308,34
Всего за день:		48,61	49,3	204,02	1464,94

Стоимость меню

179руб