



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
15.06.2023

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	200/5	6,3	8,6	27,0	210,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,8	6,9	18,4	147,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,6	15,1	120,6
Итого за прием пищи:		13,5	20,1	60,5	478,4
II Завтрак					
ФРУКТ	139	0,6	0,6	13,7	65,6
Итого за прием пищи:		0,6	0,6	13,7	65,6
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	40	0,3	0	0,9	4,9
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,8	8,0	9,8	139,1
ПЛОВ	150	16,7	16,6	34,7	355,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	3,9	0,5	24,8	119,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		25,7	25,1	78,9	654,0
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,0	6,7	41,9	252,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	104,8
Итого за прием пищи:		11,0	12,3	50,1	357,6
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,6	3,2	3,5	45,4
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	23,5	9,2	5,7	199,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,9	0,3	25,7	121,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		28,0	12,7	44,6	404,7
Всего за день:		78,8	70,8	247,8	1960,3

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
15.06.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая
Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,7	8,6	23,1	192,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20	2,8	5,2	18,4	132,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	14,9	119,2
Итого за прием пищи:		12,8	18,3	56,4	443,8
II Завтрак					
ФРУКТ/СОК ФРУКТОВЫЙ	139	0,6	0,6	13,7	65,5
Итого за прием пищи:		0,6	0,6	13,7	65,5
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	40	0,3	0	0,9	4,9
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,2	7,4	7,5	119,9
ПЛОВ	150	16,7	16,4	34,8	354,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	3,9	0,5	24,7	119
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,4
Итого за прием пищи:		25,1	24,3	76,5	632,3
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,2	7,0	42,0	255,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	104,8
Итого за прием пищи:		11,2	12,6	50,2	359,8
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,6	2,7	3,5	41,1
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	23,3	9,1	5,7	197,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,9	0,3	25,6	121
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		27,8	12,1	44,5	398,1
Всего за день:		77,5	67,9	241,3	1899,5

Стоимость меню

179руб