

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

15.08.2023 г

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без ду. день 7

Наименование блюда	Масса порции	белк и г	Жиры г	углевод г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,6	8,6	22,3	189,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,7	6,8	17,4	142,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,3	129,2
Итого за прием пищи:		12,7	20,1	57,0	460,6
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	141	0,7	0,1	14,3	60,7
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	14,3	60,7
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,9	2,1	5,1	44,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	5,1	18,1	140,1
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	17,1	14,9	38,2	354,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,5	93,7
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,8	0	17,2	72,5
Итого за прием пищи:		26,1	22,5	98,1	705,6
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	166,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		3	3,9	39,5	205,5
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	8,2	2,8	3,1	71,2
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,7	4,7	16,9	120,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,8	79,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		13,4	7,7	46,5	309,9
Всего за день:		55,9	54,3	255,4	1742,3

Стоимость меню 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

15.08.2023г

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углевод г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,2	6,4	16,7	141,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,7	4,8	17,3	123,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	15,6	117,2
Итого за прием пищи:		10,8	15,4	49,6	383,0
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	140	0,7	0,1	14,2	60,6
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	14,2	60,6
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,9	2,4	5,1	47,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ	150	3,7	5,2	13,5	118,8
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	17,0	15,0	38,1	354,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,4	93,5
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,7	0	15,4	65,5
Итого за прием пищи:		25,3	23,0	91,5	679,5
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170	0	0	8,1	32,2
Итого за прием пищи:		2,3	2,9	30,4	157,3
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	8,1	2,8	3,2	71,5
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,5	4,6	15,5	113,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,6	78,5
ЧАЙ С САХАРОМ	160	0	0	7,7	30,7
Итого за прием пищи:		13,1	7,6	43,0	294,5
Всего за день:		52,2	49,0	228,7	1574,9

Стоимость меню 179 руб