



МБДОУ "Детский сад № 253"
г.о. Самара
15.09.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет

день

10

Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углево ды г	Энерг етиче ская ценно сть к
-----------------------	-----------------	-------------	--------	----------------	--

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	19,4	16,0	29,4	341,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3,2	7,1	20,7	159,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,3	4,6	16,2	123,6
Итого за прием пищи:		26,9	27,7	66,3	624,6

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

ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	25	0,3	0,1	1	6,1
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,6	7,7	22,4	184,6
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (ИЗ МЯСА ПТИЦЫ)	90	15,3	19,0	14,5	289,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,1	0,4	19,9	95,7
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	42,5
Итого за прием пищи:		24,4	27,2	67,8	618,7

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	65/25	2,3	0,2	35,3	162,0
ЙОГУРТ	156	3,1	2,3	4,7	75
Итого за прием пищи:		5,4	2,5	40,0	227,0

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6,5	8,8	26,4	211,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,5	0,3	23,1	109
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		10,0	9,1	59,2	358,9
Всего за день:		67,1	66,9	241,9	1670,6



МБДОУ "Детский сад № 253"
г.о. Самара
15.09.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая
младшая группа

Диета: без диет

день

10

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углево ды г	энерге тическ ая ценнос ть к
-----------------------	-----------------	-------------	-----------	----------------	--

Зав
трак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	20,0	16,7	29,2	350,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3,2	6,8	21,1	158,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	4,9	16,4	129,5
Итого за прием пищи:		28,0	28,4	66,7	639,0

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

ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	26	0,3	0,1	1	6,3
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	5,7	10,5	17,7	192,1
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (ИЗ МЯСА ПТИЦЫ)	95	12,5	16,5	15,1	260,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,1	0,4	19,8	95,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	170	0,1	0	6,9	29,8
Итого за прием пищи:		21,7	27,5	60,5	583,4

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/15	1,4	0,1	29,4	124,1
ЙОГУРТ	158	3,2	2,4	4,7	75,9
Итого за прием пищи:		4,6	2,5	34,1	200,0

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	6,5	10,0	28,1	229,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	3,5	0,3	22,7	107,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		10,0	10,3	60,5	375,0
Всего за день:		64,7	69,1	230,4	1638,8

Стоимость мен 179 руб

Стоимость м 179 руб