



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

15.11.2024

Утверждаю  
Заведующий  
В. В. Коротких

Категория: сад (3-4-7 лет)

Диета: без диет

день 5

| Наименование блюда                                            | Масса порции | белки г | Жиры г | углеводы г | Энергетическая ценность в г |
|---------------------------------------------------------------|--------------|---------|--------|------------|-----------------------------|
| Завтрак                                                       |              |         |        |            |                             |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)                                | 130/4        | 15,3    | 13,3   | 31,1       | 307,6                       |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                                       | 50           | 0,9     | 2,6    | 6,7        | 53,6                        |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                                           | 35/8         | 2,2     | 8,0    | 14,3       | 138,8                       |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                    | 180          | 3,6     | 3,7    | 16,1       | 113,1                       |
| Итого за прием пищи:                                          |              | 22,0    | 27,6   | 68,2       | 613,1                       |
| II Завтрак                                                    |              |         |        |            |                             |
| ЯБЛОКО                                                        | 77           | 0,3     | 0,3    | 7,6        | 36,3                        |
| Итого за прием пищи:                                          |              | 0,3     | 0,3    | 7,6        | 36,3                        |
| Обед                                                          |              |         |        |            |                             |
| САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)                          | 30           | 0,8     | 1,8    | 2,2        | 28,7                        |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200/8        | 2,3     | 2,7    | 16,0       | 98,6                        |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР                                           | 60/30        | 12,255  | 19,722 | 10,62      | 266,127                     |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                               | 125          | 2,9     | 5,0    | 13,0       | 110,4                       |
| ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж                                    | 48           | 3,2     | 0,4    | 20,4       | 98,2                        |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                              | 180/15       | 0,1     | 0      | 14,8       | 60,7                        |
| Итого за прием пищи:                                          |              | 21,555  | 29,622 | 77,02      | 662,727                     |
| Полдник                                                       |              |         |        |            |                             |
| ПРЯНИКИ                                                       | 33           | 2       | 1,6    | 25         | 122,1                       |
| РЯЖЕНКА                                                       | 125          | 3,8     | 3,1    | 5,3        | 67,5                        |
| Итого за прием пищи:                                          |              | 5,8     | 4,7    | 30,3       | 189,6                       |
| Ужин                                                          |              |         |        |            |                             |
| КАША "ДРУЖБА"                                                 | 200/6        | 6,2     | 10,0   | 26,7       | 220,7                       |
| ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с                                          | 36           | 2,8     | 0,2    | 18,3       | 86,3                        |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                 | 185/15       | 0,11    | 0      | 14,82      | 59,44                       |
| Итого за прием пищи:                                          |              | 9,11    | 10,2   | 59,82      | 366,44                      |
| Всего за день:                                                |              | 58,765  | 72,422 | 242,94     | 1868,17                     |

Стоимость 179 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

15.11.2024

Утверждаю  
Заведующий  
В. В. Коротких

Категория: левая младшая

Диета: без диет

день 5

| Наименование блюда                                            | масса порции | белки г | жиры г | углевод г | энергетическая ценность г |
|---------------------------------------------------------------|--------------|---------|--------|-----------|---------------------------|
| Завтрак                                                       |              |         |        |           |                           |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)                                | 120/3        | 14,6    | 13,0   | 29,1      | 294,2                     |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                                       | 40           | 0,8     | 2,2    | 6,2       | 48,2                      |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                                           | 30/7         | 1,8     | 6,5    | 11,6      | 112,0                     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                    | 180          | 3,6     | 3,7    | 16,2      | 113,4                     |
| Итого за прием пищи:                                          |              | 20,8    | 25,4   | 63,1      | 567,8                     |
| II Завтрак                                                    |              |         |        |           |                           |
| ЯБЛОКО                                                        | 77           | 0,3     | 0,3    | 7,6       | 36,4                      |
| Итого за прием пищи:                                          |              | 0,3     | 0,3    | 7,6       | 36,4                      |
| Обед                                                          |              |         |        |           |                           |
| САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)                          | 20           | 0,6     | 1      | 2,2       | 20,0                      |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 100/4        | 1,2     | 3,1    | 8,2       | 65,8                      |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР                                           | 60/30        | 8,535   | 15,614 | 10,34     | 216,088                   |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                               | 100          | 2,3     | 4,0    | 10,3      | 88,1                      |
| ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.                                   | 30           | 2       | 0,3    | 12,7      | 61,2                      |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                              | 150/12       | 0,1     | 0      | 11,8      | 49,1                      |
| Итого за прием пищи:                                          |              | 14,735  | 24,014 | 55,54     | 500,288                   |
| Полдник                                                       |              |         |        |           |                           |
| ПРЯНИКИ                                                       | 33           | 1,9     | 1,6    | 24,8      | 120,8                     |
| РЯЖЕНКА                                                       | 125          | 3,8     | 3,1    | 5,3       | 67,5                      |
| Итого за прием пищи:                                          |              | 5,7     | 4,7    | 30,1      | 188,3                     |
| Ужин                                                          |              |         |        |           |                           |
| КАША "ДРУЖБА"                                                 | 170/5        | 5,2     | 8,3    | 23,3      | 190,0                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                | 35           | 2,7     | 0,2    | 17,6      | 82,9                      |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                 | 185/15       | 0,11    | 0      | 14,82     | 59,44                     |
| Итого за прием пищи:                                          |              | 8,01    | 8,5    | 55,72     | 332,34                    |
| Всего за день:                                                |              | 49,545  | 62,914 | 212,1     | 1625,128                  |

Стоимость 179 руб