



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
15.12.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая (3-4 лет)

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	19,1	15,4	23,2	309,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,3	7,4	64,2
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	3,6	7,2	23,2	172,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,2
Итого за прием пищи:		28,4	30,6	71,3	676,2

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	12,8	54,6
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	12,8	54,6

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,6	1,7	1,8	25,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	5,1	16,4	133,6
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	80	17,2	19,5	13,0	295,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:		25,5	26,8	64,5	608,2

Полдник

ПРЯНИКИ	38	2,3	1,8	28,6	139,6
РЯЖЕНКА	100	5,8	5	8,4	108
Итого за прием пищи:		8,1	6,8	37,0	247,6

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	200	5,2	6,2	15,6	138,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	57	4,4	0,4	28,7	135,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,6	6,6	54,0	313,1
Всего за день:		72,2	70,9	239,6	1899,7

Стоимость 179 рубль



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
15.12.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	145/25	19,2	16,2	23,1	318,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	3,6	7,9	69,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	3,6	6,9	23,3	169,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,2	128,7
Итого за прием пищи:		28,5	31,4	71,5	686,6

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	12,8	54,5
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	12,8	54,5

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,6	2,1	2,3	30,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100	2,6	4,6	9,0	94,5
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	80	17,0	19,8	13,4	300,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,6	0,5	23,1	111
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,5
Итого за прием пищи:		23,9	27,0	57,8	578,2

Полдник

ПРЯНИКИ	37	2,2	1,8	28,3	138,3
РЯЖЕНКА	200	5,8	5	8,4	108
Итого за прием пищи:		8,0	6,8	36,7	246,3

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	200	5,2	6,3	15,2	138,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	56	4,3	0,4	28,4	134,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,5	6,7	53,3	311,6
Всего за день:		70,5	72,0	232,1	1877,2

Стоимость 179 рубль