

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

16.01.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: младшая группа
Диета: без диет

день 2

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

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200/5	6,7	8,2	27,8	211,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,3	6,6	15,4	131,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	4,0	16,9	123,3
Итого за прием пищи:		13,8	18,8	60,1	466,4

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,3	43,9
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,3	43,9

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	32	0,6	2,8	2,5	38,1
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,3	6,3	13,0	126,3
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	8,5	9,3	8,6	152,0
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,6	0,3	16,4	78,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		18,0	22,17	70,45	557,82

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	35	5,76	2,79	49,70	246,97
ЧАЙ С САХАРОМ	200/5	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,76	2,79	59,40	285,67

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	17,8	8,2	14,2	201,9
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,4	2,4	3,3	36,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,2	0,2	14,5	68,7
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,4	0,2	15,8	74,6
Итого за прием пищи:		20,8	11,0	47,8	382,1
Всего за день:		58,86	54,86	248,05	1735,89

Стоимость 179 р

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

16.01.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: младшая группа
Диета: без диет

день 2

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

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	150	5	5,7	20,4	154,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,3	6,5	15,5	129,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,0	16,9	122,0
Итого за прием пищи:		12,0	16,2	52,8	406,2

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	99	0,5	0,1	10,3	43,8
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,3	43,8

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	31	0,6	2,8	2,4	37,7
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	100	2,6	5,7	7,5	94,8
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	8,9	10,0	8,3	157,8
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,1	32,2
Итого за прием пищи:		17,6	22,27	63,75	528,52

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	40	7,45	5,81	50,37	282,75
ЧАЙ С САХАРОМ	200/5	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		7,45	5,81	60,07	321,45

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	17,9	8,2	14,7	203,5
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,4	2,8	3,7	40,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,2	0,2	14,2	67,1
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	15,9	75,5
Итого за прием пищи:		21,0	11,4	48,5	387,0
Всего за день:		58,55	55,78	235,42	1686,97

Стоимость 179 р