

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

16.02.2023г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:сад(с3до7лет)

Диета:без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетическая ценность в г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,8	25,9	207,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,3	6,7	15,1	130,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,1
Итого за прием пищи:		13,0	20,2	58,7	469,0

II Завтрак

ФРУКТ (Яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	47

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	40	0,5	2,4	2,5	34,4
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	4,4	16,4	125,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,5	13,9	17,2	252,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,4	98,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,7
Итого за прием пищи:		22,2	21,1	65,1	545,7

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,8	40,5	230,3
СОК ФРУКТОВЫЙ	185	0,9	0,2	18,7	79,8
Итого за прием пищи:		7,2	5,0	59,2	310,1

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	40	0,8	1,9	3,7	36,2
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	13,7	11,7	21,3	245,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,2	0,3	27,2	127,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		18,7	13,9	61,9	448,2
Всего за день:		61,5	60,6	254,7	1820,0

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

Самара
16.02.2023г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:первая младшая группа

Диета:без диет

день 9

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	Энергетическая ценность в г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6,7	19,8	158,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,3	6,7	15,1	130,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	130,9
Итого за прием пищи:		11,3	18,1	52,6	419,7

II Завтрак

ФРУКТ(Яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	47

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	40	0,5	2,4	2,5	34,7
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,5	4,0	12,3	101,7
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,4	13,9	16,4	249,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		21,6	20,7	60,2	518,4

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,0	4,9	37,3	216,8
СОК ФРУКТОВЫЙ	185	0,9	0,2	18,7	79,8
Итого за прием пищи:		6,9	5,1	56,0	296,6

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	40	0,8	2,0	3,7	36,7
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	13,6	11,6	21,2	243,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	4,1	0,3	27	127,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		18,5	13,9	61,6	446,0
Всего за день:		58,7	58,2	240,2	1727,7

Стоимость меню

179 руб

Стоимость меню

179 руб