



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

16.02.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

№ 253

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	18,9	15,1	23,0	307,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,3	64,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	3	7,0	19,5	153,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	18,0	132,7
Итого за прием пищи:		27,7	30,2	67,8	657,7

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,9	42,8
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,9	42,8

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,7	2,1	26,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	5,0	16,4	128,6
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	75	11,2	13,5	13,0	219,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,2	92,5
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:		19,0	20,6	60,7	508,3

Полдник

ПРЯНИКИ	37	2,2	1,8	28	136,6
РЯЖЕНКА	198	5,7	5	8,3	107
Итого за прием пищи:		7,9	6,8	36,3	243,6

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой ЯЧНЕВОЙ	200	5,2	6,2	15,6	138,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,7	0,3	24,1	113,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,9	6,5	49,4	290,8
Всего за день:		63,9	64,5	223,1	1743,2

Стоимость 179 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

16.02.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

№ 253

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	135/25	18,6	14,2	22,6	296,9
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3	6,6	58,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	3	7,4	19,5	156,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	17,9	132,2
Итого за прием пищи:		27,4	29,3	66,6	644,0

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,9	42,6
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,9	42,6

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,2	2,7	24,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,7	5,2	13,4	118,9
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	75	11,1	13,6	13,2	219,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	91,8
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:		18,6	20,4	58,4	496,9

Полдник

ПРЯНИКИ	37	2,2	1,8	28,1	137,3
РЯЖЕНКА	197	5,7	4,9	8,3	106,7
Итого за прием пищи:		7,9	6,7	36,4	244,0

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой ЯЧНЕВОЙ	200	5,2	6,6	15,5	142,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,6	0,3	23,8	112,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,8	6,9	49,0	293,2
Всего за день:		63,1	63,7	219,3	1720,7

Стоимость 179 р