

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

16.05.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергет ическая ценност ь г
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,7	25,9	206,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,2	6,7	14,9	128,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,2
Итого за прием пищи:		12,9	20,1	58,3	465,8
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	143	0,6	0,6	14,1	67,7
Итого за прием пищи:		0,6	0,6	14,1	67,7
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,9	2,2	5,1	44,9
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,1	6,7	16,5	147,8
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	14,5	14,2	19,7	264,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	21,9	105,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,7
Итого за прием пищи:		22,9	23,6	71,8	597,4
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	80	6,5	5,2	42,0	240,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		6,6	5,2	52,2	282,7
Ужин					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	40	0,7	2,0	2,9	32,5
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	12,7	10,4	21,2	228,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	4,2	0,3	27,3	128,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,7
Итого за прием пищи:		17,7	12,7	61,3	429,0
Всего за день:		60,7	62,2	257,7	1842,6
Всего за день:		65,9	67,7	252,2	1891,7

Стоимость меню 179 руб.

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

16.05.2024г.

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	энергет ическая ценност ь г
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6,8	20,0	160,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,3	6,4	15,0	127,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,2
Итого за прием пищи:		11,3	17,9	52,5	417,9
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	143	0,6	0,6	14,1	67,6
Итого за прием пищи:		0,6	0,6	14,1	67,6
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,5	1,6	3,2	29,7
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,7	4,4	12,3	106,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,2	13,5	16,4	244,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	21,9	105,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,5
Итого за прием пищи:		21,8	20,0	62,6	522,0
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	80	6,5	5,5	41,8	242,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		6,6	5,5	52,0	285,4
Ужин					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	30	0,7	1,7	2,9	29,4
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	120	12,1	8,9	16,9	194,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	4,2	0,3	27,2	128,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,7
Итого за прием пищи:		17,1	10,9	56,9	391,4
Всего за день:		57,4	54,9	238,1	1684,3
Всего за день:		61,5	59,1	226,8	1690,7

Стоимость меню 179 руб.