

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
 17.01.2023г
 Утверждаю
 Заведующий
 В. В. Коротких
 Категория: первая
 Диета: без диет

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
 17.01.2023г
 Утверждаю
 Заведующий
 В. В. Коротких
 Категория: первая
 Диета: без диет

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

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

Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	205	6,5	9,0	26,2	212,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	1,9	6,5	12,4	115,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,0
Итого за прием пищи:		12,9	20,2	56,3	459,3
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	135	3,8	4,2	6,1	78,6
Итого за прием пищи:		3,8	4,2	6,1	78,6
Обед					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	50	0,8	4,9	4,6	66,0
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	4,4	16,6	126,4
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	14,8	12,9	39,5	331,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,4	0,3	15,2	73
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,9	0,1	18,1	76,9
Итого за прием пищи:		22,9	22,6	94,0	673,4
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	166,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		3	3,9	39,5	205,5
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	6,9	2,7	3,1	65,2
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,8	4,8	17	121,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	0,2	17,8	84,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		12,4	7,7	47,6	309,7
Всего за день:		55,0	58,6	243,5	1726,5

Сколько меню 179 руб

Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ,МОЛОЧНАЯ	150	5	7,6	19,2	165,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	1,9	6,7	12,5	118,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	130,9
Итого за прием пищи:		11,4	19,0	49,4	415,0
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,7	4,1	5,9	75,7
Итого за прием пищи:		3,7	4,1	5,9	75,7
Обед					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	50	0,8	5,1	4,0	66,1
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,5	3,9	11,4	96,4
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	14,1	13,2	35,3	314,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,3	73,4
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,8	0	17,3	73,2
Итого за прием пищи:		21,6	22,5	83,3	623,8
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	166,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		3	3,9	39,5	205,5
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	7,1	2,7	3,3	66,2
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,6	4,9	15,8	117,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	2,7	0,2	17,8	84,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		12,4	7,8	46,6	306,7
Всего за день:		52,1	57,3	224,7	1626,7

Стоимость меню 179 руб