



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

17.05.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (до 7 лет)

Диета: без диеты

день 3

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	155/18	16,0	14,1	41,0	353,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,5	6,8	16,2	135,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	130,9
Итого за прием пищи:		23,0	25,6	74,9	620,1

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	185	5,3	4,6	14,8	127,4
Итого за прием пищи:		5,3	4,6	14,8	127,4

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,7	1,9	4,2	38,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	4,0	6,1	15,6	134,9
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	14,6	14,8	4,9	210,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,2	3,7	15,3	103,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,4	102,9
СОК	180	0,9	0	12,8	54,4
Итого за прием пищи:		25,7	26,9	74,2	643,7

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	3	23,1	129,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,3	3	32,8	168,2

Ужин

КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200/5	5,9	9,4	20,9	192,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,5	77,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,4	9,6	47,1	308,4
Всего за день:		64,7	69,7	243,8	1867,8
Всего за день:		62,8	66,8	221,5	1750,0

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

17.05.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диеты

день 3

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	155/18	16,1	14,5	41,3	359,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,4	6,8	16,0	135,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,4
Итого за прием пищи:		23,0	26,0	74,8	624,5

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	185	5,3	4,6	14,9	127,8
Итого за прием пищи:		5,3	4,6	14,9	127,8

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,8	1,7	4,2	36,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	4,1	4,8	15,5	124,2
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	14,6	14,9	4,9	211,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,1	3,7	15,3	103,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
СОК	180	0,9	0	12,8	54,4
Итого за прием пищи:		25,8	25,5	73,9	632,0

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	3,1	23,2	130
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,3	3,1	32,9	168,7

Ужин

КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200/5	6,1	9,8	22,5	202,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	2,5	0,2	16,3	77
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,6	10,0	48,5	318,4
Всего за день:		65,0	69,2	245,0	1871,4
Всего за день:		62,6	67,2	221,7	1755,7

Стоимость 179 руб