



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

Самара

17.05.2024

г.о. Самара

Утверждено

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:сад(3до7лет)

Диета: без диеты

день

10

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ	130	18,2	14,7	21,5	293,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	1,7	4,0	33,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,8	16,1	135,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,3	125,4
Итого за прием пищи:		25,6	27,9	57,9	587,3

II Завтрак

СОК 1л., ЯБЛОЧНЫЙ т/п	110	0,6	0,1	11,5	48,8
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,5	48,8

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	0,2	0	0,5	3,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	200	5,5	7,7	22,2	184,1
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	14,5	18,2	14,4	279,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,3
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:		23,9	26,4	70,4	621,4

Полдник

ПРЯНИКИ	44	2,6	2,1	33	161,1
КЕФИР С САХАРОМ	180	6	5,2	18,3	149,3
Итого за прием пищи:		8,6	7,3	51,3	310,4

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,5	8,8	26,4	211,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	4,5	0,4	29,5	139
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,9
Итого за прием пищи:		11,1	9,2	65,8	389,9
Всего за день:		69,8	70,9	256,9	1957,8

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

Самара

17.05.2024

г.о. Самара

Утверждено

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диеты

день

10

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

Завт

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ	120	18,1	14,0	20,2	282,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	1,9	4,3	35,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,5	6,5	16,3	133,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,3	124,9
Итого за прием пищи:		25,6	27,1	57,1	576,8

II Завтрак

СОК 0,2 л. т/п. ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,1	43

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	0,2	0	0,5	3,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	150	4,4	6,8	15,7	145,9
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	14,3	18,5	14,6	283,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	9,1	38,5
Итого за прием пищи:		22,6	25,8	63,2	583,5

Полдник

ПРЯНИКИ	44	2,6	2,1	33,1	161,7
КЕФИР С САХАРОМ	180	6	5,2	18,3	149,4
Итого за прием пищи:		8,6	7,3	51,4	311,1

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,1	5,6	17,2	137,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,5	0,4	29,6	139,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,8
Итого за прием пищи:		8,7	6,0	56,7	316,8
Всего за день:		66,0	66,3	238,5	1831,2

Стоимость меню

179 руб