

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

17.07.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сред (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

Наименование блюда

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

день 6

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,6	8,6	27,8	211,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2	6,6	13,0	119,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	5,0	16,8	130,9
Итого за прием пищи:		12,3	20,2	57,6	461,5

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	120	0,1	0	8,1	33,8
Итого за прием пищи:		0,1	0	8,1	33,8

Обед

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,5	0	4,5	20,8
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,5	5,4	18,0	144,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60	5,5	9,9	2,3	121,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,2	3,8	26,7	158,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,5	89,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		18,6	19,5	79,7	571,9

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,9	5,3	12,5	121,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,9	5,3	22,2	160,6

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,1	7,1	18,6	159,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,6	87,8
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		8,0	7,4	48,0	291,8
Всего за день:		44,9	52,4	215,6	1519,6

Стоимость 179

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

17.07.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	6,7	21,2	161,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2	5,3	13	108,4
КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,0	4,2	14,2	111,3
Итого за прием пищи:		10,1	16,2	48,4	381,5

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	120	0,1	0	7,9	32,9
Итого за прием пищи:		0,1	0	7,9	32,9

Обед

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,5	0	4,4	20,8
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	5,0	5,7	14,7	130,4
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	50	7,5	11,3	2,3	141,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	4,1	3,3	26	149,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,3	29
Итого за прием пищи:		20,0	20,7	73,1	560,3

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,9	5,3	12,5	122,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		5,9	5,3	21,2	156,9

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,1	7,1	18,6	159,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,6	87,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		8,0	7,4	48,0	291,9
Всего за день:		44,1	49,6	198,6	1423,5

Стоимость 179