

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
18.04.2023
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких
Категория: сад (3-5 лет)
Диета: без диеты

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
18.04.2023
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких
Категория: первая младшая группа
Диета: без диеты

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

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

Завтрак						Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200/5	6,7	9,1	27,7	219,3	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	150	4,9	7,0	20,9	167,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,7	6,8	17,6	142,1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,7	6,9	17,6	142,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	132,1	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	131,6
Итого за прием пищи:		14,2	20,9	62,1	493,5	Итого за прием пищи:		12,4	18,9	55,3	441,4
II Завтрак						II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,8	0,2	14,9	63,4	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	152	0,8	0,2	15,4	65,4
Итого за прием пищи:		0,8	0,2	14,9	63,4	Итого за прием пищи:		0,8	0,2	15,4	65,4
Обед						Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	37	0,7	3,3	2,9	44,3	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	37	0,7	3,3	2,9	44,1
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,3	6,1	8,9	110,1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,9	6,3	5,9	96,0
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	16,4	16,2	8,6	245,8	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	16,5	16,3	8,6	246,1
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,8	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,9	3,6	20,8	126,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	21,8	105	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22	106,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,9	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		26,8	29,57	72,15	667,9	Итого за прием пищи:		26,4	30,0	68,9	653,9
Полдник						Полдник					
БУЛОЧКА ОБОГАЩЕННАЯ	50	6,0	3,8	40,3	218,9	БУЛОЧКА ОБОГАЩЕННАЯ	55	6,8	5,4	40,5	235,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200/5	0	0	9,7	38,7	ЧАЙ С САХАРОМ	200/5	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,0	3,8	50,0	257,6	Итого за прием пищи:		6,8	5,4	50,2	274,5
Ужин						Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	11,2	6,0	9,3	135,1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	11,1	6,1	9,4	136,0
РИС ОТВАРНОЙ	150	2,6	4,4	27,7	161,0	РИС ОТВАРНОЙ	150	2,6	4,4	27,7	161,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	1	0,1	6,4	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1	0,1	6,5	30,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80,0	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80,0
Итого за прием пищи:		15,3	10,7	60,1	406,1	Итого за прием пищи:		15,2	10,8	60,3	407,8
Всего за день:		63,1	65,17	259,2	1888,5	Всего за день:		61,6	65,3	250,1	1843,0
Всего за день:		66,2	70,3	251,2	1919,7	Всего за день:		65,2	69,7	249,4	1906,6

Стоимость меню

179р

Стоимость меню 179р