

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

18.04.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,7	25,9	207,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,2	6,7	14,5	126,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,2
Итого за прием пищи:		12,9	20,1	57,9	464,0

II Завтрак

ФРУКТ (ЯБЛОКО)	160	0,6	0,6	15,8	75,6
Итого за прием пищи:		0,6	0,6	15,8	75,6

Обед

ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,9	2,2	5,1	45,5
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,1	6,6	16,5	147,8
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	12,7	12,8	16,6	233,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	90,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,7
Итого за прием пищи:		20,6	22,0	65,7	551,8

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,7	4,6	37,0	212,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		5,8	4,7	47,8	257,3

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	40	0,7	2,0	2,9	32,9
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	12,4	10,7	21,3	230,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,7	0,3	24	112,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,7
Итого за прием пищи:		16,9	13,0	58,1	415,5
Всего за день:		56,8	60,4	245,3	1764,2
Всего за день:		65,9	67,7	252,2	1891,7

Стоимость меню 179 руб.

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

18.04.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6,3	19,1	152,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,2	6,8	14,4	127,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,4	129,6
Итого за прием пищи:		11,1	17,8	50,9	409,1

II Завтрак

ФРУКТ (ЯБЛОКО)	160	0,6	0,6	15,8	75,6
Итого за прием пищи:		0,6	0,6	15,8	75,6

Обед

ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,5	1,4	3,2	27,5
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,6	4,2	12,4	104,9
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,8	12,4	16,4	229,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	90,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9	36
Итого за прием пищи:		19,8	18,4	59,8	488,3

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	65	5,3	4,3	31,7	187,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		5,4	4,4	42,5	231,9

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	30	0,7	1,5	2,7	26,9
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	120	11,9	9,1	17,3	197,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,7	0,3	24	113,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,7
Итого за прием пищи:		16,4	10,9	53,9	377,7
Всего за день:		53,3	52,1	222,9	1582,6
Всего за день:		61,5	59,1	226,8	1690,7

Стоимость меню 179 руб.