



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
18.10.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	15,5	13,5	22,3	275,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,3	64,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	2,2	6,7	14,4	126,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	130,9
Итого за прием пищи:		23,4	28,3	61,7	596,6

II Завтрак

ЯБЛОКО	77	0,3	0,3	7,6	36,5
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,6	36,5

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,7	2,0	26,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,9	4,7	16,0	123,7
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	60	11,9	15,7	8,0	219,9
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,0	5,1	13,0	113,4
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	47	3,1	0,4	20	96,5
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	9,9	41,4
Итого за прием пищи:		22,7	27,6	68,9	621,2

Полдник

ПРЯНИКИ	35	2	1,6	25	122
РЯЖЕНКА	163	4,7	4,1	6,9	88,1
Итого за прием пищи:		6,7	5,7	31,9	210,1

Ужин

КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ	180	6,4	8,1	23,5	192,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,4	91,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,2
Итого за прием пищи:		9,4	8,3	52,8	324,1
Всего за день:		62,5	70,2	222,9	1788,5

Стоимость 179 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
18.10.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	145/25	15,7	14,8	23,3	290,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	3,6	6,8	65,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	2,2	6,4	14,7	125,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,2
Итого за прием пищи:		23,7	29,5	62,3	611,5

II Завтрак

ЯБЛОКО	77	0,3	0,3	7,6	36,5
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,6	36,5

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,6	3,0	29,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	120	3,3	4,3	10,7	97,8
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	60	12,0	16,1	8,2	224,1
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,3	3,3	10,4	82,0
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	9,9	41,3
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.	46	3,1	0,4	19,8	95,2
Итого за прием пищи:		21,5	25,7	62,0	570,1

Полдник

ПРЯНИКИ	30	2	1,6	25	122
РЯЖЕНКА	163	4,7	4,1	6,9	88,2
Итого за прием пищи:		6,7	5,7	31,9	210,2

Ужин

КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ	155	6,1	8,4	21,6	187,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,2	90,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,2
Итого за прием пищи:		9,1	8,6	50,7	318,2
Всего за день:		61,3	69,8	214,5	1746,5

Стоимость 179 руб