



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

18.12.2024

г.о. Самара

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетич еская ценность г
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/10	12,4	8,8	23,6	226,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2	6,5	13,1	119,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,8	4,0	16,3	117,2
Итого за прием пищи:		18,2	19,3	53,0	462,7
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	100	3	2,5	4,2	54,5
Итого за прием пищи:		3	2,5	4,2	54,5
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	1,0	2,4	5,5	47,8
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/13	2,2	4,9	11,2	101,2
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	60	7,6	9,1	7,8	144,8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,7	5,2	30,2	193,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	41	2,8	0,4	17,7	85
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,91	43,75
Итого за прием пищи:		20,4	22,0	83,31	616,45
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,0	0,1	20,5	86,6
СОК ФРУКТОВЫЙ	172	0,9	0,2	16,9	72,1
Итого за прием пищи:		1,9	0,3	37,4	158,7
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,7	7,7	19,6	172,2
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	30	2,2	0,2	14,8	70,2
Итого за прием пищи:		7,9	7,9	34,4	242,4
Всего за день:		51,4	52,0	212,31	1534,75

Стоимость меню 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

18.12.2024

г.о. Самара

Категория: первая

Диета: без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Наименование блюда	масса порци и	бе лки г	жиры г	углевод ы г	энерге тическ ая ценно сть г
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/10	12,5	8,7	24,2	227,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2	6,7	13,0	120,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	15,2	118,6
Итого за прием пищи:		18,6	19,8	52,4	466,1
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	100	3	2,5	4,2	54,4
Итого за прием пищи:		3	2,5	4,2	54,4
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,8	2,1	4,0	38,3
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7	1,8	3,9	8,6	79,9
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	50	7,3	8,2	7,0	131,9
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,1	4,2	23,5	152,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	41	2,7	0,4	17,6	84,5
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,1	0	9,91	39,95
Итого за прием пищи:		17,8	18,8	70,61	527,25
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,0	0,1	19,3	81,8
СОК ФРУКТОВЫЙ	170	0,9	0,2	16,7	70,9
Итого за прием пищи:		1,9	0,3	36,0	152,7
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	120	5,7	5,7	21,7	162,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:		9,4	6,0	46,0	277,6
Всего за день:		50,7	47,4	209,21	1478,05

Стоимость меню 179 руб