



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

19.01.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,5	6,7	24,1	175,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	2,5	6,7	16,7	137,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	3,7	17,9	122,9
Итого за прием пищи:		11,5	17,1	58,7	436,1

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	12,6	53,7
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	12,6	53,7

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,7	2,0	26,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,9	4,8	16,2	127,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	80	15,5	17,9	13,0	275,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	83,6
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:		22,9	24,8	58,6	554,6

Полдник

ПРЯНИКИ	36	2,1	1,7	27,2	133
РЯЖЕНКА	184	5,3	4,6	7,7	99,4
Итого за прием пищи:		7,4	6,3	34,9	232,4

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	200	5,2	5,2	15,8	130,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,5	96,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,3	5,5	46,0	266,4
Всего за день:		50,7	53,8	210,8	1543,2

Стоимость 179 рубль



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

19.01.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	155	3,9	6,3	21,6	159
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	2,6	6,5	16,9	136,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	3,7	17,9	122,8
Итого за прием пищи:		11,0	16,5	56,4	418,2

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	12,7	54
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	12,7	54

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	2,1	2,6	32,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100	2,6	4,4	9,0	90,1
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	80	15,5	18,4	13,4	281,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	83,8
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,8
Итого за прием пищи:		21,6	25,3	52,4	529,9

Полдник

ПРЯНИКИ	36	2,2	1,7	27,5	134,2
РЯЖЕНКА	184	5,3	4,6	7,7	99,6
Итого за прием пищи:		7,5	6,3	35,2	233,8

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	200	5,2	5,3	15,3	130,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,1	0,3	20,6	97,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,3	5,6	45,6	266,6
Всего за день:		49,0	53,8	202,3	1502,5

Стоимость 179 рубль