



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

19.04.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	20,9	16,9	23,5	335,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,3	64,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,7	6,9	17,9	144,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,8	131,6
Итого за прием пищи:		29,3	31,9	66,5	675,6
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	200	6,5	5,6	18,9	157,9
Итого за прием пищи:		6,5	5,6	18,9	157,9
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,7	1,9	4,1	37,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	8,0	6,7	19,5	171,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	16,3	16,4	4,9	231,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,2	3,6	15,3	102,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	21,9	105,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0	13,3	56,6
Итого за прием пищи:		31,5	29,1	79,0	705,2
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,7	3,5	26,7	149,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,7	3,5	36,4	188,6
Ужин					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,4	20,9	191,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	1,8	0,2	12,3	58
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		7,7	9,6	42,9	288,3
Всего за день:		77,7	79,7	243,7	2015,6

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

19.04.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 3

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	21,0	17,8	23,6	343,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	3,6	7,9	69,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,7	6,6	17,9	142,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,2	128,7
Итого за прием пищи:		29,4	32,7	66,6	683,9
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	200	6,4	5,6	18,9	157,7
Итого за прием пищи:		6,4	5,6	18,9	157,7
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,8	2,1	4,8	42,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	6,7	5,8	15,6	142,7
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	16,3	16,6	4,7	232,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,3	3,5	15,3	102,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104,2
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0	13,3	56,6
Итого за прием пищи:		30,4	28,4	75,4	681,2
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,6	3,4	25,6	143,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,6	3,4	35,3	182,3
Ужин					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	10,0	22,4	204,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,8	0,2	12,4	58,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		7,9	10,2	44,5	301,5
Всего за день:		76,7	80,3	240,7	2006,6

Стоимость 179 руб