



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
19.04.2024г.

Утверждено

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диеты

день 10

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПОЙ МАННОЙ	130	17,7	14,5	21,5	289,8
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	1,7	4,0	32,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,5	6,7	16,6	137,5
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,3	125,3
Итого за прием пищи:		25,2	27,6	58,4	585,3
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	12,1	51,4
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	12,1	51,4
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	200	5,6	7,8	22,2	185,2
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	15,0	18,6	14,4	285,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	21,9	105,5
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,9
Итого за прием пищи:		24,3	26,9	69,0	622,2
Полдник					
ПРЯНИКИ	40	2,1	1,6	26,1	127,3
КЕФИР С САХАРОМ	180	5,7	4,9	17,8	143,4
Итого за прием пищи:		7,8	6,5	43,9	270,7
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,5	8,7	26,4	210,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,2	0,4	27,5	130,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,9
Итого за прием пищи:		10,8	9,1	63,8	380,7
Всего за день:		68,7	70,2	247,2	1910,3

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
19.04.2024

Утверждено

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диеты

день 10

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПОЙ МАННОЙ	120	17,5	13,6	20,0	274,9
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	1,7	3,7	31,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,5	6,9	16,4	137,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	16,3	126,2
Итого за прием пищи:		25,1	26,9	56,4	570,5
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,1	43
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	29	0,2	0	0,5	3,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	150	4,4	6,3	15,8	142,3
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	15,1	18,6	14,5	285,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,1	106,3
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	9,3	39,1
Итого за прием пищи:		23,3	25,4	62,2	576,6
Полдник					
ПРЯНИКИ	40	3	2,4	37,5	183
КЕФИР С САХАРОМ	180	5,7	4,9	17,8	143,3
Итого за прием пищи:		8,7	7,3	55,3	326,3
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,1	5,8	17,5	140,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	4,2	0,3	27,5	129,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,9
Итого за прием пищи:		8,4	6,1	54,9	309,5
Всего за день:		66,0	65,8	238,9	1825,9

Стоимость меню

179 руб