

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
19.09.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,7	27,0	211,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,2	6,7	14,6	127,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	16,3	125,7
Итого за прием пищи:		13,0	20,1	57,9	463,9
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	63	0,3	0,3	6,2	29,8
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	6,2	29,8
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	28	0,2	0	0,7	4
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,7	6,2	11,2	119,1
ПЛОВ	160	13,6	14,0	35,1	320,8
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	40	2,7	0,4	17,1	82,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,7
Итого за прием пищи:		20,2	20,6	72,8	560,8
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,30	3,17	49,69	252,75
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		6,40	3,17	59,99	295,75
Ужин					
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	60	8,3	6,9	5,8	118,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
КАША ПШЕННАЯ	100	1,7	2,9	10,8	77,2
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	42	3,2	0,3	21,1	99,6
Итого за прием пищи:		13,3	10,1	47,7	335,6
Всего за день:		53,20	54,27	244,59	1685,85

Стоимость меню 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
19.09.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая
Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,7	9,2	23,6	199,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,2	6,8	14,4	127,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	4,1	14,1	110,3
Итого за прием пищи:		11,7	20,1	52,1	437,4
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	64	0,3	0,3	6,3	30,1
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	6,3	30,1
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	28	0,2	0	0,7	4
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130	3,3	5,4	7,9	96,3
ПЛОВ	150	13,4	14,5	33,9	318,7
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,3	33,2
Итого за прием пищи:		19,5	20,3	67,8	533,8
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	65	6,02	5,28	40,25	231,81
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		6,12	5,28	50,55	274,71
Ужин					
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	65	8,7	7,7	5,9	126,0
КАША ПШЕННАЯ	100	1,7	2,7	10,7	74,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	43	3,3	0,3	21,5	101,5
Итого за прием пищи:		13,8	10,7	48,1	341,8
Всего за день:		51,42	56,68	224,85	1617,81

Стоимость меню 179руб