



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
20.02.2025

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	200/6	6,6	9,2	30,0	228,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,7	9,3	16,8	161,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,8	4,0	16,3	117,4
Итого за прием пищи:		13,1	22,5	63,1	507,2
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	36,2
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,8	5,4	7,7	91,4
ПЛОВ	160	15,0	16,2	27,2	314,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,5	0,5	22,6	108,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/11	0	0	10,7	42,5
Итого за прием пищи:		20,9	24,8	70,5	593,2
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,6	2,8	38,3	199,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/11	0,1	0	11,2	46,5
Итого за прием пищи:		5,7	2,8	49,5	246,0
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	52	4	0,3	26,5	125,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,13	0	10,96	44,03
Итого за прием пищи:		7,13	5,8	60,46	323,03
Всего за день:		47,23	56,3	252,16	1710,83

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
20.02.2025

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	4,9	7,5	22,7	178,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,4	11,7	111,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,4	16,5	124,2
Итого за прием пищи:		11,1	18,3	50,9	414,5
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,6
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,2	3,5	4,9	58,7
ПЛОВ	150/5	10,6	12,5	25,4	256,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,5	29,8
Итого за прием пищи:		14,4	19,0	52,8	441,7
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	5,7	3,4	36,9	199,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,2	42,2
Итого за прием пищи:		5,8	3,4	47,1	241,7
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,4	5,6	18,0	132,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,13	0	10,66	43,23
Итого за прием пищи:		5,63	5,8	48,76	270,23
Всего за день:		37,33	46,9	208,16	1409,53

Стоимость 179 руб