

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

20.03.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет

Диета: без диет		день				
Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетич еская ценность г	
г.о. Самара СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120		18,8	14,0	29,5	321,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40		2,2	6,7	14,8	128,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,2	4,5	15,0	118,6
Итого за прием пищи:			25,2	25,2	59,3	568,5

II Завтрак

ЙОГУРТ	99		2,8	2,5	4,5	56
ПРЯНИКИ	36		2,2	1,7	27,6	134,5
Итого за прием пищи:			5,0	4,2	32,1	190,5

Обед

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40		0,8	2,4	5,0	45,4
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200		3,5	4,7	11,9	104,7
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60		8,9	9,8	1,6	134,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100		5,2	4,0	23,6	151,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38		2,5	0,3	16,2	77,9
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:			20,9	21,2	67,0	548,5

Полдник

БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40		1,2	0,1	22,9	97,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	179		1	0,2	18,9	80,3
Итого за прием пищи:			2,2	0,3	41,8	177,4

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		5,9	6,2	20,3	161,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49		3,4	0,3	22,1	104,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:			9,3	6,5	51,1	300,7
Всего за день:			62,6	57,4	251,3	1785,6

Стоимость меню

179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

20.03.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

Диета: без диет		ден				
Наименование блюда	масса порции	белк и г	жиры г	углевод ы г	энергетическ ая ценно	
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120		18,7	14,0	29,8	321,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40		2,2	6,8	14,7	128,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,8	5,0	16,8	132,0
Итого за прием пищи:			25,7	25,8	61,3	582,5

II Завтрак

ЙОГУРТ	99		2,8	2,5	4,5	56,1
ПРЯНИКИ	36		2,1	1,7	27,3	133,3
Итого за прием пищи:			4,9	4,2	31,8	189,4

Обед

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30		0,8	2,1	3,9	38,0
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150		2,9	3,7	8,3	78,1
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60		8,9	9,9	1,8	135,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100		5,1	4,2	23,5	152,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38		2,6	0,3	16,3	78,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:			20,3	20,2	63,5	521,9

Полдник

БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40		1,2	0,1	22,6	96,2
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		1	0,2	18,9	80,4
Итого за прием пищи:			2,2	0,3	41,5	176,6

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	120		7,1	7,2	24,3	191,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,4	0,3	22,2	105,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0	0	9	36
Итого за прием пищи:			10,5	7,5	55,5	332,7
Всего за день:			63,6	58,0	253,6	1803,1

Стоимость меню

179 руб