



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
20.03.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2	6,6	13,0	119,2
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	6,5	8,0	30,2	219,5
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	3,9	4,0	15,3	113,8
Итого за прием пищи:		12,4	18,6	58,5	452,5
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	117	0,5	0,5	11,5	55,1
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,5	55,1
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	20	0,4	1,8	1,6	24,2
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,7	5,8	7,7	93,2
ПЛОВ	160	11,8	13,3	27,9	279,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	42	2,8	0,4	17,9	86,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		16,7	21,3	64,8	521,3
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,5	2,8	37,6	196,9
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		5,6	2,8	47,8	239,6
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	3,9	0,3	25,4	119,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,1	0	9,89	39,84
Итого за прием пищи:		7,0	5,8	58,29	313,24
Всего за день:		42,2	49,0	240,89	1581,74

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
20.03.2025
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	4,7	5,9	22,2	161,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2	6,8	12,9	120,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,5	3,7	14,0	104,3
Итого за прием пищи:		10,2	16,4	49,1	386,1
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	117	0,5	0,5	11,5	55,3
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,5	55,3
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	21	0,4	1,8	1,6	24,7
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,0	3,5	4,7	57,1
ПЛОВ	150	11,8	13,3	26,2	271,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,1	28,1
Итого за прием пищи:		15,2	18,9	52,3	442,5
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	5,8	3,0	36,1	194,7
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,1	41,8
Итого за прием пищи:		5,9	3,0	46,2	236,5
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,6	5,7	19,6	141,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,1	0	9,89	39,84
Итого за прием пищи:		5,8	5,9	49,59	275,64
Всего за день:		37,6	44,7	208,69	1396,04

Стоимость 179 руб