



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
21.03.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких
Категория: старшая младшая

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130/3	12,9	9,5	22,7	228,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,6	6,6	54,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,7	14,7	128,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,3	117,8
Итого за прием пищи:		19,9	22,8	60,3	528,5

II Завтрак

ЯБЛОКИ	119	0,5	0,5	11,7	56,2
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,7	56,2

Обед

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,5	7,2	16,4	144,1
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8,5	8,4	10,6	151,7
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	2,9	5,0	12,9	110,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	42	2,8	0,4	17,8	85,8
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/15	0,1	0	11,8	48,9
Итого за прием пищи:		16,8	21,0	69,5	540,8

Полдник

ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,2	127,9
РЯЖЕНКА	104	3,1	2,6	4,4	56,6
Итого за прием пищи:		5,2	4,2	30,6	184,5

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	200/6	6,2	10,0	26,7	220,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	46	3,6	0,3	23,5	110,9
ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,1	0	9,89	39,86
Итого за прием пищи:		9,9	10,3	60,09	371,66
Всего за день:		52,3	58,8	232,19	1681,66

Стоимость 179 руб.



МБДОУ "Детский сад № 21.03.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких
Категория: старшая младшая

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120/3	12,9	9,1	21,3	218,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	2,0	5,3	42,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,4	14,7	125,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,5	3,7	14,9	107,4
Итого за прием пищи:		19,4	21,2	56,2	492,9

II Завтрак

ЯБЛОКИ	119	0,5	0,5	11,7	56,2
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,7	56,2

Обед

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100/4	1,4	3,1	8,5	69,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8,7	8,2	10,5	150,4
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,4	4,2	10,6	90,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	35	2,3	0,3	14,8	71,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150/12	0,1	0	9,9	41,3
Итого за прием пищи:		14,9	15,8	54,3	422,7

Полдник

ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128,1
РЯЖЕНКА	105	3,2	2,6	4,4	56,7
Итого за прием пищи:		5,3	4,2	30,7	184,8

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	170/5	5,2	8,3	22,4	185,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,1	0	14,79	59,26
Итого за прием пищи:		8,7	8,6	59,79	351,06
Всего за день:		48,8	50,3	212,6	1507,66

Стоимость 179 руб