

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

21.06.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3-4 лет)

Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	21,3	15,4	25,1	330,8
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	0,9	2,5	6,7	53,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/7	2,8	6,9	18,3	146,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,9	5,1	16,9	133,1
Итого за прием пищи:		29,9	29,9	67,0	663,4

II Завтрак

ЙОГУРТ	191	5,4	4,8	8,6	108,1
Итого за прием пищи:		5,4	4,8	8,6	108,1

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	37	0,3	0	0,6	4,9
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/10	7,8	6,4	26,1	196,1
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	14,3	14,3	5,7	208,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	4,0	23,6	151,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	59	4	0,5	25,4	122
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		31,6	25,2	91,1	721,8

Полдник

БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	70	6,0	3,4	36,8	201,7
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	104,8
Итого за прием пищи:		11,0	9,0	45,0	306,5

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	5,6	8,7	27,7	211,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	1,7	0,1	11,3	53,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		7,4	8,9	49,8	310,2
Всего за день:		85,3	77,8	261,5	2110,0

Стоимость меню 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

21.06.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: левая

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	21,4	15,5	25,1	331,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,0	2,6	6,8	55,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	2,8	5,0	18,3	129,8
КАКАО С МОЛОКОМ	160	4,0	4,1	13,6	108,3
Итого за прием пищи:		29,2	27,2	63,8	624,8

II Завтрак

ЙОГУРТ	191	5,4	4,8	8,6	108
Итого за прием пищи:		5,4	4,8	8,6	108

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	37	0,3	0	0,6	4,9
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/10	6,5	6,2	19,3	161,1
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	14,4	14,5	5,7	210,9
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	4,2	23,6	152,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	59	3,9	0,5	25,2	121,2
ЧАЙ С САХАРОМ	170	0	0	8,5	34,1
Итого за прием пищи:		30,3	25,4	82,9	684,8

Полдник

БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	50	5,9	2,6	35,3	186,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87,3
Итого за прием пищи:		10,2	7,3	42,2	274,1

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	5,0	7,9	24,9	191,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,7	0,1	11,4	54
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0,1	10,8	45,0
Итого за прием пищи:		6,8	8,1	47,1	290,4
Всего за день:		81,9	72,8	244,6	1982,1

Стоимость меню 179 руб