



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
21.08.2023
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
21.08.2023
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

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

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	200/5	5,9	8,9	25,3	204,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,5	6,8	16,3	136,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,3	129,3
Итого за прием пищи:		12,8	20,4	58,9	470,1

II Завтрак

ФРУКТ (ЯБЛОКО)	103	0,4	0,4	10,1	48,5
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	10,1	48,5

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	32	0,6	2,9	2,5	39,1
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	210	6,2	6,2	15,9	142,3
МАКАРОННИК С МЯСОМ ПТИЦЫ	160	18,0	19,3	25,3	346,2
СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	2,8	2,7	37,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	90,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		28,1	31,6	74,9	694,5

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	6,2	5,5	13,2	127,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,2	5,5	22,9	166,6

Ужин

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	19	0,1	0	0,3	2,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,6	5,4	24,9	162,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,6	0,3	23,6	111,4
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,2	0,1	10,8	45,4
Итого за прием пищи:		7,5	5,8	59,6	321,5
Всего за день:		55,0	63,7	226,4	1701,2
Всего за день:		58,2	61,4	227,0	1694,9

Стоимость 179 р

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	150	5,8	8,8	25,2	203,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,5	6,8	16,4	136,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	15,6	118,8
Итого за прием пищи:		12,4	20,0	57,2	458,4

II Завтрак

ФРУКТ (ЯБЛОКО)	103	0,4	0,4	10,1	48,6
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	10,1	48,6

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	32	0,6	2,9	2,5	39
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,9	4,7	11,8	108,8
МАКАРОННИК С МЯСОМ ПТИЦЫ	160	18,0	19,5	25,3	347,1
СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,5	3	2,7	40,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,9	90,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		26,9	30,5	69,9	660,5

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	6,1	5,4	13,1	126,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		6,1	5,4	21,8	161,3

Ужин

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	18	0,1	0	0,3	2,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,6	5,3	24,9	161,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,6	0,3	23,6	111,3
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,2	0,1	10,8	45,3
Итого за прием пищи:		7,5	5,7	59,6	320,7
Всего за день:		53,3	62,0	218,6	1649,5
Всего за день:		56,5	59,5	220,2	1648,9

Стоимость 179 р