



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
21.09.2023

З.о. Самара
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,7	27,1	211,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,8	6,9	18,1	145,7
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	15,0	119,5
Итого за прием пищи:		13,4	20,1	60,2	476,6
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,7	0,1	12,8	54,4
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	12,8	54,4
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	40	0,2	0	0,5	2,9
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,6	7,2	9,5	126,3
ПЛОВ	150	14,4	14,7	35,1	329,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	79,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		21,8	22,2	70,4	573,4
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,7	6,4	41,9	247,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	104,8
Итого за прием пищи:		10,7	12,0	50,1	352,2
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	8,3	2,7	3,1	71,1
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,6	4,7	15,7	115,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,2	0,2	14,3	67,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		13,1	7,6	42,8	293,0
Всего за день:		59,7	62,0	236,3	1749,6

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
21.09.2023

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	5,7	9,2	23,6	199,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20	2,7	5,8	17,9	135,2
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,5	4,6	14,8	120,3
Итого за прием пищи:		12,9	19,6	56,3	455,2
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,7	0,1	12,7	54,2
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	12,7	54,2
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	40	0,2	0	0,5	2,9
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,0	6,1	7,4	101,9
ПЛОВ	150	14,3	15,2	34,4	330,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,6	0,3	16,3	78,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,3	33,2
Итого за прием пищи:		21,1	21,6	66,9	547,2
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	6,5	6,7	42,6	256,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	104,8
Итого за прием пищи:		11,5	12,3	50,8	361,2
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	8,6	2,5	3,4	69,9
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,5	5,2	15,4	118,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,2	0,2	14,3	67,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		13,3	7,9	42,8	295,0
Всего за день:		59,5	61,5	229,5	1712,8

Стоимость меню

179 руб