



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

21.03.2024г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

21.03.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет



Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	---------------------------

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	---------------------------

Завтрак

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,8	25,9	207,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,1	6,7	14,1	124,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	130,5
Итого за прием пищи:		12,8	20,2	57,6	462,9

II Завтрак

ФРУКТ (ЯБЛОКО)	94	0,4	0,4	9,2	44,2
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,2	44,2

Обед

Обед

ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,9	2,2	5,1	45,2
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	6,2	16,4	140,8
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,9	12,5	16,4	230,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,4	74,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		20,2	21,2	62,0	525,5

Полдник

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,4	4,7	41,1	231,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		6,5	4,8	51,9	276,5

Ужин

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	40	0,8	2,0	3,0	33,5
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	12,5	10,7	21,3	230,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	2,7	0,2	17,8	83,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		16,0	12,9	51,8	386,8
Всего за день:		55,9	59,5	232,5	1695,9

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6,3	19,1	152,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,1	6,8	14,0	125,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,4	129,6
Итого за прием пищи:		11,0	17,8	50,5	407,3

ФРУКТ (ЯБЛОКО)	94	0,4	0,4	9,2	44,3
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,2	44,3

ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,5	1,4	3,2	27,5
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,5	3,8	12,2	99,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,9	12,5	16,4	230,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,4	0,3	15,4	74,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9	36
Итого за прием пищи:		19,3	18,0	56,2	468,0

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	5,9	4,4	35,6	205,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		6,0	4,5	46,4	250,3

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	30	0,7	1,5	2,9	28,1
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	120	12,0	9,1	17,3	198,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	2,7	0,2	17,8	83,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		15,4	10,8	47,7	349,0
Всего за день:		52,1	51,5	210,0	1518,9

Стоимость меню

179 руб

Стоимость меню

179 руб