

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

22.08.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. КороткихКатегория: сад (3-до 7 лет)
Диета: без диет

день 2

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

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,0	27,6	218,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,6	6,9	17,4	141,5
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	4,9	16,7	129,8
Итого за прием пищи:		13,9	20,8	61,7	490,2

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,7	0,1	12,9	54,9
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	12,9	54,9

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,7	2,1	27,2
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200	3,8	6,6	10,6	122,4
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	12,7	12,9	8,6	200,1
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,9	95,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200/5	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		23,3	25,07	72,15	612,12

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	5,84	3,00	48,76	244,46
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		5,84	3,00	57,46	279,26

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	9,7	5,5	17,0	156,5
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,5	2,5	3,0	37,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,3	72,2
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80,0
Итого за прием пищи:		13,0	8,4	52,0	345,8
Всего за день:		56,74	57,37	256,21	1782,28

Стоимость 179 р

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

22.08.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. КороткихКатегория: первая младшая группа
Диета: без диет

день 2

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

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6	8,9	22,2	193,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	2,6	5,7	17,3	131,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	14,6	116,0
Итого за прием пищи:		12,7	19,0	54,1	441,0

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	131	0,7	0,1	13,3	56,4
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,3	56,4

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,8	2,0	27,2
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	150	3,5	5,3	8,5	99,1
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	12,8	13,1	8,5	202,2
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,1	0,4	19,9	95,6
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0	0	7,3	29
Итого за прием пищи:		23,1	24,07	67,45	580,92

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,02	3,54	48,88	251,65
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,02	3,54	58,58	290,35

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	11,7	7,8	14,4	174,3
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,6	2,5	3,4	39,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,4	72,5
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	12,5	60
Итого за прием пищи:		15,0	10,7	45,7	346,3
Всего за день:		57,52	57,41	239,13	1714,97

Стоимость 179 р