



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
22.09.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140	19,6	15,6	23,1	314,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,3	64,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	3	7,0	19,4	152,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,9	131,8
Итого за прием пищи:		28,3	30,7	67,7	662,6
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,7	0,1	13	55,3
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13	55,3
Обед					
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0,7	1,7	3,6	32,0
БОРЩ ЛЕТНИЙ СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	7,1	12,9	133,1
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	85	16,1	18,0	14,0	284,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,8	0,4	18,2	87,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:		23,3	27,2	58,7	578,9
Полдник					
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	5,7	7,4	24,1	185,1
РЯЖЕНКА	184	5,3	4,6	7,7	99,5
Итого за прием пищи:		11,0	12,0	31,8	284,6
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,9	6,2	20,3	160,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	3	0,2	19,4	91,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,9	6,4	49,4	291,2
Всего за день:		72,2	76,4	220,6	1872,6

Стоимость 179 рубль



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
22.09.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность ккал
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140	19,5	16,6	23,9	326,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	3,6	6,8	65,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	3	6,7	19,5	150,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	18,3	134,2
Итого за прием пищи:		28,4	31,6	68,5	676,1
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,7	0,1	13,1	55,6
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,1	55,6
Обед					
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0,7	1,7	3,6	33,2
БОРЩ ЛЕТНИЙ СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,8	6,4	12,9	127,9
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	30,0	20,2	161,0	947,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1	0	8,3	34,5
Итого за прием пищи:		37,5	28,7	204,2	1231,2
Полдник					
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	5,2	7,0	24,6	182,4
РЯЖЕНКА	185	5,4	4,6	7,8	99,9
Итого за прием пищи:		10,6	11,6	32,4	282,3
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,9	6,0	20,5	159,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,2	90,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,8	6,2	49,4	289,4
Всего за день:		86,0	78,2	367,6	2534,6

Стоимость 179 рубль