



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
23.01.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	6,6	9,2	29,9	228,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,3	6,7	15,0	129,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,8	4,0	16,3	117,4
Итого за прием пищи:		12,7	19,9	61,2	474,6
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,9	46,5
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,9	46,5
Обед					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	27	0,2	0	0,5	3,5
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,7	6,7	7,7	100,8
ПЛОВ	160	13,0	14,4	27,4	291,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	47	3,2	0,4	20,2	97,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		18,1	21,5	65,5	531,5
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,6	2,8	38,3	199,7
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		5,7	2,8	48,5	242,4
Ужин					
СУП РЫБНЫЙ	200	6,8	3,5	6,8	87,2
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	48	3,7	0,3	24,4	115,2
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,92	44,0
Итого за прием пищи:		10,61	3,8	42,12	246,4
Всего за день:		47,61	48,1	228,22	1541,4

Стоимость меню 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
23.01.2025
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 ккал
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,9	7,5	23,2	180,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,3	6,9	15,1	132,5
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	4,0	4,1	16,1	118,7
Итого за прием пищи:		11,2	18,5	54,4	431,8
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,9	46,4
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,9	46,4
Обед					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	27	0,2	0	0,5	3,6
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,2	5,4	4,9	75,6
ПЛОВ	150	12,9	14,3	25,7	284,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	47	3,1	0,4	20,1	96,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,1	28,3
Итого за прием пищи:		17,4	20,1	58,3	488,3
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,4	2,9	36,7	195,3
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,3	42,8
Итого за прием пищи:		5,5	2,9	47,0	238,1
Ужин					
СУП РЫБНЫЙ	150	6,6	1,7	5,1	63,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,7	0,3	24,4	115,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	11,22	45,1
Итого за прием пищи:		10,41	2,0	40,72	223,4
Всего за день:		45,01	43,6	211,32	1428,0

Стоимость меню 179руб