



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
23.05.2024

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	211,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,5	6,8	16,3	136,7
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,5	15,0	118,6
Итого за прием пищи:		13,0	20,0	58,4	466,5
II Завтрак					
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	162	0,7	0,7	15,9	76,4
Итого за прием пищи:		0,7	0,7	15,9	76,4
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	0,2	0	0,5	3,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,7	6,5	9,8	119,5
ПЛОВ	150	16,5	16,6	34,9	353,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,5	0,5	22,2	106,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		23,9	23,6	76,1	618,2
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,1	6,7	41,9	252,4
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		6,2	6,7	52,2	295,4
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,6	4,9	54,5
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	21,7	9,2	5,7	192,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	59	4,5	0,4	29,8	140,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,8
Итого за прием пищи:		27,2	13,2	50,3	427,2
Всего за день:		71,0	64,2	252,9	1883,7

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
23.05.2024

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	4,7	6,5	20,5	159,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,5	6,7	16,4	135,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	14,7	117,7
Итого за прием пищи:		11,5	17,7	51,6	412,6
II Завтрак					
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	162	0,6	0,6	15,9	76,3
Итого за прием пищи:		0,6	0,6	15,9	76,3
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	0,2	0	0,5	3,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,2	5,9	6,4	94,4
ПЛОВ	150	16,4	16,8	34,7	354,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,3	107,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,4	33,9
Итого за прием пищи:		23,3	23,2	72,3	593,8
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	50	4,8	5,8	31,6	197,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,1
Итого за прием пищи:		4,9	5,8	41,9	240,9
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,4	1,8	2,4	28,0
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60/50	21,2	8,8	5,3	186,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	59	4,5	0,4	29,8	140,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,8
Итого за прием пищи:		26,2	11,0	47,4	394,5
Всего за день:		66,5	58,3	229,1	1718,1

Стоимость меню

179руб