



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
23.08.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140	16,0	13,4	22,2	275,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	3,6	7,7	68,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,3	6,4	15,1	127,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	15,1	109,4
Итого за прием пищи:		23,2	27,1	60,1	580,9

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,6	44,8
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,6	44,8

Обед

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0,6	1,7	3,6	32,2
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	130	2,9	5,5	8,5	100,4
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	29,4	19,7	161,2	941,0
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	46	3,1	0,4	19,8	95,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1	0	9,1	39,0
Итого за прием пищи:		36,1	27,3	202,2	1207,8

Полдник

ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	33	2	1,6	25	122
РЯЖЕНКА	178	5,2	4,5	7,5	96,3
Итого за прием пищи:		7,2	6,1	32,5	218,3

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	190	5,7	5,9	19,3	152,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	25	3,8	0,3	24,7	116,5
Итого за прием пищи:		9,5	6,2	44,0	269,3
Всего за день:		76,5	66,8	349,4	2321,1

Стоимость 179 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
23.08.2024
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 г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140	16,0	13,4	22,2	275,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	3,6	7,7	68,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,3	6,4	15,1	127,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	15,1	109,4
Итого за прием пищи:		23,2	27,1	60,1	580,9

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,6	44,8
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,6	44,8

Обед

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0,6	1,7	3,6	32,2
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	130	2,9	5,5	8,5	100,4
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	29,4	19,7	161,2	941,0
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	46	3,1	0,4	19,8	95,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1	0	9,1	39,0
Итого за прием пищи:		36,1	27,3	202,2	1207,8

Полдник

ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	33	2	1,6	25	122
РЯЖЕНКА	178	5,2	4,5	7,5	96,3
Итого за прием пищи:		7,2	6,1	32,5	218,3

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	190	5,7	5,9	19,3	152,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	25	3,8	0,3	24,7	116,5
Итого за прием пищи:		9,5	6,2	44,0	269,3
Всего за день:		76,5	66,8	349,4	2321,1

Стоимость 179 р