

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары

23.09.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 6

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,6	7,4	27,8	200,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,2	6,6	14,2	125,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,3	125,3
Итого за прием пищи:		12,2	18,7	58,3	451,1
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	120	0,1	0	7,2	29,8
Итого за прием пищи:		0,1	0	7,2	29,8
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,8	1,9	4,6	40,8
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,5	5,1	19,3	146,5
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ЦБ	60	9,4	13,5	3,0	171,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,3	3,7	27,4	160,0
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	50	3	0,4	19,3	93
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		23,0	24,6	83,3	650,1
Полдник					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	5,0	4,2	12,5	108,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		5,1	4,2	22,5	148,8
Ужин					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,1	6,3	18,6	152,0
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с 0,65кг	31	2,4	0,2	15,6	73,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		7,6	6,5	44,4	268,2
Всего за день:		48,0	54,0	215,7	1548,0

Стоимость меню 179 руб.

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары

23.09.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 6

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	6,1	20,8	155,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,1	6,3	14,0	121,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,0	4,2	14,5	113,6
Итого за прием пищи:		10,3	16,6	49,3	391,0
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	120	0,1	0	7,6	32,4
Итого за прием пищи:		0,1	0	7,6	32,4
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,7	1,1	4,2	30,0
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,8	3,5	14,6	110,3
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	9,2	13,9	2,1	171,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	4,1	3,1	25,8	148,1
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	45	3	0,4	19,3	92,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,4
Итого за прием пищи:		21,8	22,0	74,6	587,1
Полдник					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,2	4,4	12,8	112,0
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	8,9	36,0
Итого за прием пищи:		5,3	4,4	21,7	148,0
Ужин					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,2	5,7	18,5	147,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	31	2,4	0,2	15,6	73,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,2	42,6
Итого за прием пищи:		7,7	5,9	44,3	263,8
Всего за день:		45,2	48,9	197,5	1422,3

Стоимость меню 179 руб.