



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

24.02.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3-4 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	6,3	9,1	32,0	234,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,6	14,3	125,5
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,7	5,0	16,8	131,1
Итого за прием пищи:		13,2	20,7	63,1	491,3

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	11,1	47,2
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,1	47,2

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35	0,3	1,9	0,9	23,5
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13/8	2,3	7,0	11,6	122,3
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60	9,2	9,2	2,1	128,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,0	5,4	20,2	141,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,6	50,3
Итого за прием пищи:		18,1	23,9	68,6	568,4

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	45/10/5	5,2	8,1	15,1	154,3
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,83	43,86
Итого за прием пищи:		5,31	8,1	25,93	198,16

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	33	0,6	3	2,6	40,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/4	3,3	3,9	21	132,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	28	2,2	0,2	14,4	67,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		6,2	7,1	48,3	284,1

Всего за день:		43,41	59,9	217,0	1589,1
----------------	--	-------	------	-------	--------

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

24.02.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

день

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,4	7,6	24,3	183,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,6	14,4	125,5
КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	3,7	3,7	14,1	106,2
Итого за прием пищи:		10,3	17,9	52,8	415,4

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,6	0,1	11,1	47,1
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,1	47,1

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,3	1,5	0,9	18,3
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	100/4/2	1,6	4,7	7,1	80,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60	4,8	5,6	2,1	78,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/4	2,0	3,9	14,5	101,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		10,7	16,0	47,0	378,7

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	35/9/4	3,6	5,8	11,2	112,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	10,6	43,06
Итого за прием пищи:		3,71	5,8	21,8	155,0

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	2,9	3,4	18,4	116,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1	0	9,4	39,6
Итого за прием пищи:		5,1	6,2	40,1	238,8

Всего за день:		30,41	46,0	172,83	1235,06
----------------	--	-------	------	--------	---------

Стоимость 179 руб