



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
24.03.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энерг етичес кая ценно сть
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/20	22,6	15,7	31,6	362,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	3,1	7,1	20,4	157,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	18,1	132,9
Итого за прием пищи:		30,3	27,5	70,1	653,1
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	206	6	5,2	8,7	111,4
Итого за прием пищи:		6	5,2	8,7	111,4
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	40	0,6	3,9	3,5	51,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,1	6,9	16,3	148,6
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	31,8	22,1	161,1	972,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	65	4,4	0,6	27,9	134,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,1
Итого за прием пищи:		40,9	33,5	217,6	1341,7
Полдник					
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	5,6	7,4	24,0	184,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		5,7	7,5	34,8	229,8
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,9	6,2	20,2	161,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,8	0,3	24,9	117,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,7	6,5	54,8	317,4
Всего за день:		92,6	80,2	386,0	2653,4

Стоимость 179 рубль



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
24.03.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энерг етическая ценность
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/20	22,6	15,8	31,8	365,2
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	3,1	7,1	20,3	157,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	18,1	133,1
Итого за прием пищи:		30,3	27,6	70,2	655,8
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	205	6	5,1	8,6	111,1
Итого за прием пищи:		6	5,1	8,6	111,1
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	40	0,6	4,2	3,7	55,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,7	7,0	13,4	136,9
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	85	18,0	21,0	13,5	314,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	65	4,4	0,6	27,9	134
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,3	33,2
Итого за прием пищи:		26,7	32,8	66,8	673,6
Полдник					
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	5,8	8,0	24,1	191,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,2	0,1	10,8	45,2
Итого за прием пищи:		6,0	8,1	34,9	237,1
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,9	5,8	20,5	158,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,7	6,1	55,3	315,4
Всего за день:		78,7	79,7	235,8	1993,0

Стоимость 179 рубль