



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
24.03.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-5 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	8,8	31,5	229,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,1	6,6	13,5	121,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,5	3,7	15,9	111,6
Итого за прием пищи:		11,6	19,1	60,9	462,4
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	99	0,5	0,1	10,5	44,7
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,5	44,7
Обед					
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13/8	1,9	6,2	10,6	108,5
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60	6,8	7,0	2,7	102,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,0	4,0	20,1	127,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	35	2,6	0,4	16,9	81,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,5	50,2
Итого за прием пищи:		14,3	17,6	62,8	470,0
Полдник					
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	40/10/5	4,1	7,2	12,1	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,91	43,89
Итого за прием пищи:		4,21	7,2	23,01	174,89
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,8	2,5	38,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/4	3,3	3,9	21	132,2
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	22	1,7	0,1	11,1	52,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ с/м	200/10	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		5,7	6,8	44,8	265,5
Всего за день:		36,31	50,8	202,0	1417,4
				1	9

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
24.03.2025

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	4,1	5,9	23,9	165,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,1	6,8	13,8	125,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,2	3,4	14,5	101,9
Итого за прием пищи:		9,4	16,1	52,2	392,7
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,5	44,7
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,5	44,7
Обед					
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	100/4/4	1,3	3,3	6,7	63,9
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60	6,9	7,0	2,9	102,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/4	2,0	3,7	14,4	99,9
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:		12,2	14,3	46,4	366,1
Полдник					
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	40/9/4	3,9	6,5	12,8	126,3
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	10,8	43,49
Итого за прием пищи:		4,01	6,5	23,6	169,7
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	2,8	3,2	18	112,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1	0	9,3	39,1
Итого за прием пищи:		6,6	6,1	49,7	282,5
Всего за день:		32,71	43,1	182,41	1255,79

Стоимость 179 руб