



МБОУ "Детский сад № 253" г.о.

24.04.2023

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 ккал
--------------------	--------------	---------	--------	------------	------------------------------

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200	5,6	8,6	27,9	211,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,4	6,6	15,6	132,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	131,8
Итого за прием пищи:		12,8	20,2	60,3	475,7

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	160	0,8	0,2	16,2	68,9
Итого за прием пищи:		0,8	0,2	16,2	68,9

Обед

САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО	40	0,9	1,8	2,8	31,9
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,7	5,3	17,9	143,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	9,4	10,7	3,2	147,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	4,4	3,1	28	158,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21	101
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	42,1
Итого за прием пищи:		23,8	21,3	82,9	624,2

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,3	5,1	9,3	105,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,3	5,1	19,0	143,9

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,1	7,1	18,6	159,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,7	102,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,4	7,4	50,0	300,3
Всего за день:		51,1	54,2	228,4	1613,0

Стоимость 179



МБОУ "Детский сад № 253" г.о.

24.04.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая
Диета: без диет

день 6

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	150	4,2	6,7	21,2	161,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,4	6,9	15,5	134,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	131,6
Итого за прием пищи:		11,4	18,6	53,5	427,3

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	159	0,8	0,2	16,1	68,7
Итого за прием пищи:		0,8	0,2	16,1	68,7

Обед

САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО	40	1,0	1,9	2,8	32,7
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	5,2	4,2	13,4	112,7
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	9,3	10,8	3,1	147,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	4,4	3,1	28,2	159,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,9	100,6
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	42,0
Итого за прием пищи:		23,3	20,4	78,4	595,2

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,3	5,1	9,4	106,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,3	5,1	19,1	144,7

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,2	7,4	18,6	162,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,3	0,3	21,7	102,6
Итого за прием пищи:		8,5	7,7	50,0	303,5
Всего за день:		49,3	52,0	217,1	1539,4

Стоимость 179