

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
24.08.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,6	27,1	210,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,9	6,8	18,9	149,2
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	14,8	117,1
Итого за прием пищи:		13,3	19,8	60,8	477,0
II Завтрак					
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	160	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	25	0,2	0	0,7	3,8
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,7	7,4	9,7	130,6
ПЛОВ	150	15,0	15,4	35,0	337,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	21	100,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,5
Итого за прием пищи:		23,2	23,2	75,0	606,9
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,1	6,6	41,9	251,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	104,8
Итого за прием пищи:		11,1	12,2	50,1	356,2
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,6	3,1	3,5	44,8
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	20,7	9,1	5,7	186,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,2	0,3	20,9	98,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		24,5	12,5	39,8	368,9
Всего за день:		72,5	68,1	234,3	1850,4

Стоимость меню 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
24.08.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,7	8,6	23,3	193,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20	2,9	5,2	18,8	134,5
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	14,6	116,0
Итого за прием пищи:		12,7	18,2	56,7	443,6
II Завтрак					
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	25	0,2	0	0,7	3,7
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,0	5,9	7,5	103,9
ПЛОВ	150	15,0	15,5	34,9	339,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,7	99,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,4	33,9
Итого за прием пищи:		22,4	21,8	72,2	580,0
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,2	6,6	42,1	252,1
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	104,8
Итого за прием пищи:		11,2	12,2	50,3	356,9
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,6	3	3,5	44,1
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	20,7	9,2	5,7	188,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,2	0,3	21	99,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		24,5	12,5	39,9	370,1
Всего за день:		71,2	65,1	227,7	1792,0

Стоимость меню 179руб