

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

24.11.2023г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3-4 лет)

Диета: без диет

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
Наименование блюда

Масса порции
белки г Жиры г Углевод ы г Энергетическая ценность г

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ	130	17,1	14,1	21,3	282,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,5	1,5	3,9	31,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,6	6,8	16,9	139,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	3,7	16,4	118,4
Итого за прием пищи:		24,8	26,1	58,5	571,5

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	126	0,6	0,1	12,8	54,4
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	12,8	54,4

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	34	0,3	0	0,6	4,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	200	5,1	9,2	20,4	190,7
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	15,7	19,2	14,5	291,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,7	0,4	17,6	84,6
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	42,1
Итого за прием пищи:		23,9	28,8	63,1	613,8

Полдник

ПРЯНИКИ	36	2,2	1,7	27,6	134,5
ЙОГУРТ	100	2	1,5	3	48,1
Итого за прием пищи:		4,2	3,2	30,6	182,6

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,5	7,7	26,5	202,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	3,1	0,3	20,1	95
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,6	8,0	56,3	336,1
Всего за день:		63,1	66,2	221,3	1758,4

Стоимость меню

179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

24.11.2023г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
Наименование блюда

Масса порции
белки г Жиры г Углевод ы г Энергетическая ценность г

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ	120	17,1	13,6	20,4	275,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	1,7	4,0	33,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,6	5,4	16,8	127,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	3,7	16,4	118,5
Итого за прием пищи:		24,9	24,4	57,6	554,4

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	126	0,6	0,1	12,7	54,2
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	12,7	54,2

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	34	0,3	0	0,6	4,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	150	4,3	7,7	15,4	149,7
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	15,5	19,2	14,3	292,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,7	0,4	17,6	84,7
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	9,2	39,1
Итого за прием пищи:		22,9	27,3	57,1	570,3

Полдник

ПРЯНИКИ	36	2,2	1,7	27,7	135,1
ЙОГУРТ	99	2	1,5	3	47,9
Итого за прием пищи:		4,2	3,2	30,7	183,0

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,2	4,8	17,4	130,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,1	0,3	20,2	95,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		7,3	5,1	47,3	264,6
Всего за день:		59,9	60,1	205,4	1626,5

Стоимость меню

179 руб