



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

24.12.2024

г.о. Самара

Заведующий

В. В. Коротких

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 2

| Масса порции | белк и г | Жир ы г | углевод ы г | Энерг етиче ская ценно сть г |
|--------------|----------|---------|-------------|------------------------------|
|--------------|----------|---------|-------------|------------------------------|

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

24.12.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 2

| Наименование блюда | масса порции | белки г | Жиры г | углеводы г | Энергетическая ценность г |
|--------------------|--------------|---------|--------|------------|---------------------------|
|--------------------|--------------|---------|--------|------------|---------------------------|

Завтра

к

|                                                |        |       |        |          |           |                                                |        |       |       |        |         |
|------------------------------------------------|--------|-------|--------|----------|-----------|------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|---------|
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ                  | 180/5  | 6,0   | 8,1    | 24,9     | 198,0     | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ                  | 150/4  | 5     | 7,1   | 21,2   | 169,0   |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ С СЫРОМ                    | 40/6   | 4,3   | 8,4    | 15       | 154,1     | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ С СЫРОМ                    | 40/6   | 4,3   | 8,4   | 15     | 153,8   |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                | 200/11 | 3,8   | 3,9    | 16,2     | 116,8     | КАКАО С МОЛОКОМ                                | 180/9  | 3,6   | 3,9   | 13,9   | 106,1   |
| Итого за прием пищи:                           |        | 14,1  | 20,4   | 56,1     | 468,9     | Итого за прием пищи:                           |        | 12,9  | 19,4  | 50,1   | 428,9   |
| II Завтрак                                     |        |       |        |          |           | II Завтрак                                     |        |       |       |        |         |
| КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М                        | 100/7  | 0,1   | 0      | 9,4      | 38,9      | КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М                        | 100/7  | 0,1   | 0     | 9,4    | 39,7    |
| Итого за прием пищи:                           |        | 0,1   | 0      | 9,4      | 38,9      | Итого за прием пищи:                           |        | 0,1   | 0     | 9,4    | 39,7    |
| Обед                                           |        |       |        |          |           | Обед                                           |        |       |       |        |         |
| МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ                                | 45     | 0,7   | 1,3    | 3,6      | 29,8      | МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ                                | 45     | 0,7   | 1,3   | 3,5    | 29,2    |
| СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 200    | 1,8   | 4,8    | 12,8     | 104,8     | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 100    | 1,2   | 3,9   | 6,4    | 67,6    |
| ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ                            | 70     | 15,0  | 15,9   | 9,6      | 239,6     | ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ                            | 60     | 10,2  | 11,2  | 8,0    | 173,7   |
| КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                      | 130    | 3,9   | 4,511  | 27,62 5  | 166,16 6  | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                      | 100    | 3     | 3,47  | 21,25  | 127,82  |
| ХЛЕБ ржано-пшеничный                           | 50     | 3,3   | 0,4    | 21,2     | 102       | ХЛЕБ ржано-пшеничный                           | 30     | 2     | 0,3   | 12,7   | 61,2    |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 180    | 0     | 0      | 8,7      | 35        | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 180    | 0     | 0     | 8,5    | 34,1    |
| Итого за прием пищи:                           |        | 24,7  | 26,911 | 83,52 5  | 677,36 6  | Итого за прием пищи:                           |        | 17,1  | 20,17 | 60,35  | 493,62  |
| Полдник                                        |        |       |        |          |           | Полдник                                        |        |       |       |        |         |
| ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА                     | 20     | 4,4   | 7,3    | 13,2     | 135,7     | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА                     | 20     | 4,4   | 7,6   | 13,2   | 138,2   |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 190/11 | 0,08  | 0      | 10,76    | 43,39     | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 185/10 | 0,08  | 0     | 9,86   | 39,69   |
| Итого за прием пищи:                           |        | 4,48  | 7,3    | 23,96    | 179,09    | Итого за прием пищи:                           |        | 4,48  | 7,6   | 23,06  | 177,89  |
| Ужин                                           |        |       |        |          |           | Ужин                                           |        |       |       |        |         |
| ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ                                 | 120    | 13,0  | 8,0    | 14,9     | 184,2     | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ                                 | 115    | 10,4  | 6,7   | 14,8   | 160,6   |
| СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ                        | 50     | 0,3   | 1,7    | 2,7      | 28,6      | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ                        | 50     | 0,4   | 1,8   | 3,0    | 31,2    |
| ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с                           | 45     | 3,4   | 0,3    | 22,6     | 106,6     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 35     | 2,7   | 0,2   | 17,7   | 83,6    |
| Итого за прием пищи:                           |        | 16,7  | 10,0   | 40,2     | 319,4     | Итого за прием пищи:                           |        | 13,5  | 8,7   | 35,5   | 275,4   |
| Всего за день:                                 |        | 60,08 | 64,611 | 213,1 85 | 1683,6 56 | Всего за день:                                 |        | 48,08 | 55,87 | 178,41 | 1415,51 |

Стоимость 179 руб

Стоимость 179 руб