



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
25.01.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (дошкольный)
Диета: без диеты

день 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность кбжт
--------------------	--------------	---------	--------	------------	------------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	20,0	19,0	23,3	347,9
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,5	3,7	7,7	70,3
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,5	7,6	16,5	144,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	18,0	136,6
Итого за прием пищи:		33,8	39,8	65,8	761,9

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	165	4,9	4,2	15,1	122,9
Итого за прием пищи:		4,9	4,2	15,1	122,9

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,9	4,9	5,1	69,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, СО СМЕТАНОЙ	200	8,7	7,2	20,5	184,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	11,4	11,5	4,9	167,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,1	3,7	15,3	103,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,3	107,4
СОК	180	0,9	0	12,8	54,2
Итого за прием пищи:		27,5	27,8	80,9	685,8

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	166,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		3	3,9	39,5	205,5

Ужин

КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,2	9,8	21,4	198,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,9	0,3	25,5	120,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,0	0,0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		10,1	10,1	56,6	357,4
Всего за день:		79,3	85,8	257,9	2133,5

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
25.01.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа
Диета: без диеты

день 3

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/25	19,9	16,5	23,3	325,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,2	7,0	61,7
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,5	7	16,5	138,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,8	131,5
Итого за прием пищи:		33,2	36,0	64,9	720,4

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	165	4,9	4,2	15,1	123,0
Итого за прием пищи:		4,9	4,2	15,1	123,0

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,7	2,1	4,2	39,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ	150	6,7	5,3	15,5	137,6
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	11,3	11,4	5,0	168,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,1	3,5	15,3	102,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,4	107,6
СОК	180	0,9	0	12,8	54,2
Итого за прием пищи:		25,2	22,8	75,2	610,1

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	166,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		3	3,9	39,5	205,5

Ужин

КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,5	22,0	197,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,9	0,3	25,4	120
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		10,0	9,8	57,1	356,6
Всего за день:		76,3	76,7	251,8	2015,6

Стоимость 179 руб