МБДОУ "" Детский сад № 253"" г.о. Самара", CN=Коротких В_В_, E=doo253@samara.edu.ru 00eff9c4d45b62e0f8

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

25.01.2024г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:сад(3до7лет)

Диета:без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,8	25,9	207,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,4	6,7	16,1	134,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,8	131,3
Итого за прием пищи:		13,1	20,2	59,8	473,8
II Завтрак					
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	78	0,3	0,3	7,7	36,7
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,7	36,7
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,9	2,2	5,1	45,1
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	6,5	16,5	145,7
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	13,7	13,3	16,4	241,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,8	81,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		21,2	22,3	63,5	548,4
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,7	41,0	232,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		6,4	4,8	51,8	277,3
Ужин					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	40	0,7	2,0	3,0	32,9
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	12,6	10,6	21,3	230,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	2,9	0,2	19,2	90,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		16,2	12,8	53,2	392,8
Всего за день:		57,2	60,4	236,0	1729,0

Стоимость меню 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

25.01.2024г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:первая младшая группа

Диета:без диет

день 9

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6,8	20,0	160,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,5	6,5	16,3	133,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	17,9	132,2
Итого за прием пищи:		11,6	18,0	54,2	426,2
II Завтрак					
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	78	0,3	0,3	7,7	36,9
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,7	36,9
Обед					
ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,5	1,6	3,2	29,7
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,6	4,3	12,4	105,3
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	13,7	13,1	16,4	239,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,5
Итого за прием пищи:		20,4	19,4	57,8	491,9
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	6,1	4,8	38,9	221,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		6,2	4,9	49,7	266,6
Ужин					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	30	0,7	1,7	2,9	29,4
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	120	12,1	9,2	17,0	197,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		15,8	11,1	49,1	357,4
Всего за день:		54,3	53,7	218,5	1579,0

Стоимость меню 179 руб