



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
25.04.2024

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	210,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,4	6,7	15,8	133,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,5	14,9	118,1
Итого за прием пищи:		12,9	19,8	57,8	462,1
II Завтрак					
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	168	0,7	0,7	16,5	79,1
Итого за прием пищи:		0,7	0,7	16,5	79,1
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,2	0	0,4	3,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	6,5	9,6	117,8
ПЛОВ	170	16,1	16,3	34,9	349,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	22	106
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		23,3	23,3	75,5	610,9
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,1	6,7	41,9	251,6
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		6,2	6,7	52,2	294,6
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,6	4,9	55,1
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	21,6	9,2	5,7	191,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	4	0,3	26,2	123,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,8
Итого за прием пищи:		26,6	13,1	46,7	410,1
Всего за день:		69,7	63,6	248,7	1856,8

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
25.04.2024

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	4,7	6,4	20,4	158,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,4	6,5	15,7	131,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,4	15,0	117,9
Итого за прием пищи:		11,3	17,3	51,1	407,5
II Завтрак					
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	168	0,7	0,7	16,5	79
Итого за прием пищи:		0,7	0,7	16,5	79
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,2	0	0,4	3,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,1	6,3	6,2	97,6
ПЛОВ	150	16,1	16,5	34,7	350,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22,1	106,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		22,8	23,3	72,0	592,6
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	50	4,8	5,4	32,1	196,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		4,9	5,4	42,4	239,7
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,4	1,6	2,4	25,3
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60/50	20,9	8,2	5,2	178,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	4	0,3	26,1	123,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,8
Итого за прием пищи:		25,4	10,1	43,6	366,8
Всего за день:		65,1	56,8	225,6	1685,6

Стоимость меню

179 руб