



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

25.07.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. КороткихКатегория: Дети:
Диета: без диеты

день 2

Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность
--------------	---------	--------	------------	-------------------------

Завтрак

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

25.07.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. КороткихКатегория: первая младшая группа
Диета: без диеты

день 2

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

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,1	27,7	219,7	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6	9,1	22,3	195,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,5	6,7	16,3	135,7	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	2,5	5,7	16,2	126,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	132,1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,6	15,1	120,4
Итого за прием пищи:		14,0	20,8	60,8	487,5	Итого за прием пищи:		12,9	19,4	53,6	442,1
II Завтрак						II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,7	0,1	13,1	55,6	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,7	0,1	13,5	57,3
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,1	55,6	Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,5	57,3
Обед						Обед					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,8	1,6	2,2	26,9	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,8	1,9	2,1	28,1
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200	3,7	6,4	10,5	119,9	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	150	3,3	5,4	8,4	99,4
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	11,8	12,2	8,6	191,1	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	11,9	12,0	8,8	189,6
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,2	0,4	20,3	97,5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,4	98,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200/5	0	0	9,7	38,7	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0	0	7,4	29,4
Итого за прием пищи:		22,5	24,07	72,55	601,92	Итого за прием пищи:		22,2	23,17	68,35	572,42
Полдник						Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	5,93	2,96	47,00	238,76	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ	60	5,59	3,15	45,82	233,51
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,93	2,96	55,70	273,56	Итого за прием пищи:		5,59	3,15	55,52	272,21
Ужин						Ужин					
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	8,6	5,5	16,9	151,6	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	10,6	8,0	14,4	172,6
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,5	2,4	3,1	36,4	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,6	2,7	3,3	40,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,9	0,2	12,2	57,7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,9	0,2	12,2	57,5
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,8	80,2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	12,7	61,0
Итого за прием пищи:		11,5	8,3	49,0	325,9	Итого за прием пищи:		13,5	11,1	42,6	331,2
Итого за день:		54,63	56,23	5	1744,4	Итого за день:		54,89	56,92	233,57	1675,23

Стоимость 179 р

Стоимлсть 179 р