



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
25.07.2024

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	27,0	210,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,9	6,9	19,1	150,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,8	16,4	128,2
Итого за прием пищи:		13,9	20,3	62,5	489,6
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,6	0,1	11,4	48,4
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,4	48,4
Обед					
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30	0,2	0	0,7	3,9
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,7	7,4	9,7	131,7
ПЛОВ	150	15,2	15,5	35,0	339,4
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	50	3,3	0,4	21,2	102
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		23,4	23,3	75,3	611,8
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,08	3,04	51,33	255,87
Итого за прием пищи:		6,08	3,04	51,33	255,87
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,6	3,1	3,5	44,4
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80/50	14,5	8,9	6,1	163,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	3,9	0,3	25,4	120
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		19,1	12,3	45,0	368,1
Всего за день:		63,08	59,04	245,53	1773,77

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
25.07.2024

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	5,7	9,0	23,4	197,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,9	7,1	19,2	153,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,3	14,8	116,4
Итого за прием пищи:		12,9	20,4	57,4	467,0
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,6	0,1	11,4	48,5
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,4	48,5
Обед					
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30	0,2	0	0,7	3,9
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130	3,6	5,1	6,6	92,3
ПЛОВ	150	15,1	15,6	35,1	340,6
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	40	3,3	0,4	21,2	102
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,2
Итого за прием пищи:		22,2	21,1	72,4	574,0
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,45	4,65	49,87	266,48
Итого за прием пищи:		6,45	4,65	49,87	266,48
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,6	3,3	39,3
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75/50	14,5	8,4	6,0	159,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	50	3,9	0,3	25,5	120,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		19,1	11,3	44,8	359,3
Всего за день:		61,25	57,55	235,87	1715,28

Стоимость меню

179руб