



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
25.10.2024

Утверждаю
Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день
10

Наименование блюда	Масса порции	белк и г	Жиры г	углевод ы г	Энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	----------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ	130	15,2	13,2	21,0	265,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	1,7	4,0	33,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2	6,6	13,3	120,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,3	125,4
Итого за прием пищи:		22,2	26,2	54,6	544,7

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,3	0,3	8,1	38,6
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,1	38,6

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	27	0,2	0	0,5	3,6
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,3	4,3	12,9	103,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСАМ ЦБ	60	12,7	14,7	4,8	202,0
РАГУ ОВОЩНОЕ	120	1,9	8,0	11,4	126,0
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	42	2,8	0,4	17,9	86,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	9,9	41,1
Итого за прием пищи:		20,0	27,4	57,4	561,9

Полдник

ПРЯНИКИ	33	1,9	1,5	24,5	119,6
КЕФИР С САХАРОМ	155	4,5	3,9	11,6	104,2
Итого за прием пищи:		6,4	5,4	36,1	223,8

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,5	8,8	26,4	211,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	21,2	100,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,1
Итого за прием пищи:		9,8	9,1	57,5	351,3
Всего за день:		58,7	68,4	213,7	1720,3

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
25.10.2024

Утверждаю
Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день
10

Наименование блюда	масса порции	белк и г	жиры г	углевод ы г	энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	----------	--------	-------------	-----------------------------

Завт рак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ	120	15,1	12,7	20,1	258,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,6	1,8	4,0	33,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2	6,5	13,6	121,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,6	16,3	124,5
Итого за прием пищи:		22,1	25,6	54,0	537,9

II Завтрак

ЯБЛОКИ	82	0,3	0,3	8,1	38,8
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,1	38,8

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	27	0,2	0	0,5	3,5
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,8	3,7	8,9	78,7
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСАМ ЦБ	50	7,3	9,1	4,3	127,7
РАГУ ОВОЩНОЕ	120	1,8	7,6	11,3	122,9
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.	42	2,8	0,4	17,9	86,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	9,1	38,1
Итого за прием пищи:		14,0	20,8	52,0	457,1

Полдник

ПРЯНИКИ	33	2	1,6	24,8	121,1
КЕФИР С САХАРОМ	155	4,5	3,9	11,6	103,9
Итого за прием пищи:		6,5	5,5	36,4	225,0

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	130	4,2	5,4	17,3	135,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,2	0,3	21,3	100,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,1
Итого за прием пищи:		7,5	5,7	48,5	276,7
Всего за день:		50,4	57,9	199,0	1535,5

Стоимость 179 руб