



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
25.12.2023
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	-----------	---------------------------

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	200/5	5,0	7,4	23,9	182,2
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,8	6,5	11,9	113,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,2	4,4	17,3	125,9
Итого за прием пищи:		11,0	18,3	53,1	421,8

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	100	0,1	0	7,0	29,1
Итого за прием пищи:		0,1	0	7,0	29,1

Обед

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ	40	0,6	1,9	3,7	34,7
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ	200	5,8	3,7	20,9	142,6
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60	9,6	12,9	4,8	174,2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	4,0	23,6	150,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,8	61,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		23,2	22,8	74,5	598,8

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,4	3,8	10	93,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		4,4	3,8	19,7	132,1

Ужин

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	17	0,1	0	0,3	2,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,7	5,3	25,4	164,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,1	0,1	6,9	32,6
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		5,0	5,4	42,9	242,6
Всего за день:		43,7	50,3	197,2	1424,4

Стоимость 179 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
25.12.2023
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	-----------	---------------------------

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	150	4,6	6,8	23,4	173,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1,8	6,2	11,8	110,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,0	4,1	16,0	117,4
Итого за прием пищи:		10,4	17,1	51,2	401,7

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	100	0	0	7,2	29,6
Итого за прием пищи:		0	0	7,2	29,6

Обед

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ	30	0,4	1,6	2,4	26,3
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ	150	4,9	3,1	17,6	118,5
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60	9,7	13,1	4,9	175,5
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	4,0	23,8	152,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,5
Итого за прием пищи:		22,2	22,1	70,2	569,1

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,5	3,9	10	94,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		4,5	3,9	19,7	132,9

Ужин

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	17	0,1	0	0,3	2,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,4	5,3	23,2	154,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,1	0,1	7,1	33,6
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		4,7	5,4	40,9	233,3
Всего за день:		41,8	48,5	189,2	1366,6

Стоимость 179 р