



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
25.12.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: (3-6 лет)
Диета: без диеты

день 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	11,3	9,5	14,2	189,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,5	11,0	108,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,1
Итого за прием пищи:		17,5	20,7	42,7	428,1
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/5	2,7	2,4	9,4	72,3
Итого за прием пищи:		2,7	2,4	9,4	72,3
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,5	4,0	15,4	108,4
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	7,8	7,1	4,9	115,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	3,6	4,2	23,2	145,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	33	2,2	0,3	14,3	68,7
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,09	0	10,88	43,67
Итого за прием пищи:		16,79	17,9	71,88	517,97
Полдник					
ПРЯНИКИ	32	1,9	1,5	24,2	118,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		1,9	1,5	33,9	156,9
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,0	20,9	188,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	29	2,1	0,2	14,2	67
Итого за прием пищи:		8,0	9,2	35,1	255,1
Всего за день:		46,89	51,7	192,98	1430,37

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
25.12.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диеты

день 3

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	11,6	9,6	15,1	195,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,7	11,1	111,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,3	129,3
Итого за прием пищи:		17,7	21,0	43,5	436,7
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/5	2,7	2,4	9,1	71,5
Итого за прием пищи:		2,7	2,4	9,1	71,5
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	1,9	2,8	31,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	150	1,8	2,1	9,4	64,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	2,9	15,5	98,5
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	7,8	7,4	5,1	118,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	34	2,3	0,3	14,4	69,3
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,09	0	11,18	44,87
Итого за прием пищи:		14,89	14,6	58,38	427,17
Полдник					
ПРЯНИКИ	32	1,9	1,5	24	117,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		1,9	1,5	33,7	155,8
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,8	22,3	202,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:		9,8	10,1	46,6	317,2
Всего за день:		46,99	49,6	191,28	1408,37

Стоимость 179 руб