



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

27.01.2023

Заведующий

Категория: сад (3 до 7 лет)

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энерг етичес кая ценно
--------------------	--------------	---------	--------	----------------	---------------------------------

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/20	27,4	18,1	32,6	409,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	2,8	6,9	18,1	145,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,0
Итого за прием пищи:		34,7	29,7	68,4	686,3

II Завтрак

РЯЖЕНКА	212	6,2	5,3	8,9	114,6
Итого за прием пищи:		6,2	5,3	8,9	114,6

Обед

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	40	0,6	3,9	3,4	51,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,6	5,7	17,0	145,6
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	75	11,2	13,5	13,0	218,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	59	3,9	0,5	25,1	120,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,7
Итого за прием пищи:		20,3	23,6	67,2	569,9

Полдник

ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	5,6	7,2	24,1	184,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		5,7	7,3	34,9	229,2

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,9	6,2	20,3	161,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		10,1	6,5	57,6	330,7
Всего за день:		77,0	72,4	237,0	1930,7

Стоимость 179 рубль



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

27.01.2023

Заведующий

Категория: первая младшая

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергетическая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	----------------	----------------------------------

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/20	27,3	18,2	33,5	412,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	2,8	7,1	18,2	148,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	130,6
Итого за прием пищи:		34,6	30,0	69,3	691,2

II Завтрак

РЯЖЕНКА	212	6,2	5,3	8,9	114,9
Итого за прием пищи:		6,2	5,3	8,9	114,9

Обед

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	40	0,6	3,5	3,2	47,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,9	5,7	14,7	132,6
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	75	11,3	12,7	12,8	211,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,9	0,5	25	120,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,2
Итого за прием пищи:		19,7	22,4	64,5	546,8

Полдник

ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	5,5	7,5	24,4	187,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	45,1
Итого за прием пищи:		5,6	7,6	35,2	232,1

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,9	6,1	20,5	161,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,2	0,3	27,8	131,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		10,1	6,4	58,0	331,4
Всего за день:		76,2	71,7	235,9	1916,4

Стоимость 179 рубль