



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
27.02.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)
Диета: без диет

день 6

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200	5,6	8,6	27,8	211,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,2	6,6	14,2	125,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	5,0	16,8	131,1
Итого за прием пищи:		12,5	20,2	58,8	467,8

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,3	78
Итого за прием пищи:		0,9	0,2	18,3	78

Обед

САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	40	1,0	2,9	2,8	41,2
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ	200	4,2	7,1	18,4	156,1
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	10,5	7,3	47,0	295,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,9	0,4	18,9	90,9
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,8
Итого за прием пищи:		18,7	17,7	97,1	625,4

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,9	5,2	12,5	121,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,9	5,2	22,2	159,9

Ужин

КАША ТРЕХНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,1	7,1	18,6	159,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,4	0,2	15,6	73,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		7,5	7,3	43,9	271,4
Всего за день:		45,5	50,6	240,3	1602,5

Стоимость меню 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
27.02.2023

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая
Диета: без диет

день

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	150	4,2	6,4	20,8	158,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,1	6,4	14,1	123,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	131,9
Итого за прием пищи:		11,1	17,8	51,7	413,4

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	179	0,9	0,2	18,3	77,9
Итого за прием пищи:		0,9	0,2	18,3	77,9

Обед

САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	40	1,0	2	2,8	33,3
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ	150	3,7	3,2	13,9	100,0
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	10,5	7,5	47,2	298,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,7	90,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:		18,2	13,1	92,6	563,3

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,8	5,1	12,7	120,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,8	5,1	22,4	159,5

Ужин

КАША ТРЕХНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,2	7,3	18,9	162,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,4	0,2	15,6	73,5
Итого за прием пищи:		7,6	7,5	44,2	274,3
Всего за день:		43,6	43,7	229,2	1488,4

Стоимость меню 179 руб