



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

27.02.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)  
Диета: без диет

день 2

| Масса порции | белки г | Жиры г | углеводы г | Энергетическая ценность |
|--------------|---------|--------|------------|-------------------------|
|--------------|---------|--------|------------|-------------------------|

Завтрак

|                               |       |      |      |      |       |
|-------------------------------|-------|------|------|------|-------|
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ | 200/5 | 6,7  | 8,2  | 27,8 | 211,8 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ            | 25    | 2,1  | 6,7  | 14,2 | 125,3 |
| КАКАО С МОЛОКОМ               | 200   | 4,8  | 4,0  | 16,9 | 122,8 |
| Итого за прием пищи:          |       | 13,6 | 18,9 | 58,9 | 459,9 |

II Завтрак

|                      |     |     |     |      |      |
|----------------------|-----|-----|-----|------|------|
| СОК ФРУКТОВЫЙ        | 100 | 0,6 | 0,1 | 11,3 | 48,1 |
| Итого за прием пищи: |     | 0,6 | 0,1 | 11,3 | 48,1 |

Обед

|                                                |     |      |       |       |        |
|------------------------------------------------|-----|------|-------|-------|--------|
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                                | 40  | 0,6  | 2,9   | 2,5   | 39,1   |
| СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 200 | 3,3  | 6,2   | 13,0  | 123,6  |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ                                 | 50  | 11,5 | 11,9  | 8,6   | 186,6  |
| КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                      | 100 | 3    | 3,47  | 21,25 | 127,82 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 33  | 2,2  | 0,3   | 14,4  | 69,3   |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 180 | 0    | 0     | 8,7   | 34,8   |
| Итого за прием пищи:                           |     | 20,6 | 24,77 | 68,45 | 581,22 |

Полдник

|                      |       |      |      |       |        |
|----------------------|-------|------|------|-------|--------|
| ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ  | 35    | 5,72 | 2,83 | 48,11 | 240,71 |
| ЧАЙ С САХАРОМ        | 200/5 | 0    | 0    | 9,7   | 38,7   |
| Итого за прием пищи: |       | 5,72 | 2,83 | 57,81 | 279,41 |

Ужин

|                             |     |       |       |        |         |
|-----------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|
| ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ              | 115 | 15,3  | 10,9  | 14,3   | 216,1   |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №348          | 50  | 0,5   | 1,8   | 3,4    | 32,9    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ              | 25  | 2     | 0,2   | 12,8   | 60,6    |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 0,5   | 0,2   | 16,8   | 80,2    |
| Итого за прием пищи:        |     | 18,3  | 13,1  | 47,3   | 389,8   |
| Всего за день:              |     | 58,82 | 59,70 | 243,76 | 1758,43 |

Стоимость 179 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

27.02.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа  
Диета: без диет

день 2

| Наименование блюда | масса порции | белки г | Жиры г | углеводы г | Энергетическая ценность |
|--------------------|--------------|---------|--------|------------|-------------------------|
|--------------------|--------------|---------|--------|------------|-------------------------|

Завтрак

|                               |     |      |      |      |       |
|-------------------------------|-----|------|------|------|-------|
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ | 150 | 5    | 6,2  | 21,1 | 160,7 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ            | 25  | 2,1  | 6,6  | 14,0 | 123,3 |
| КАКАО С МОЛОКОМ               | 200 | 4,7  | 3,9  | 16,9 | 121,6 |
| Итого за прием пищи:          |     | 11,8 | 16,7 | 52,0 | 405,6 |

II Завтрак

|                      |     |     |     |      |      |
|----------------------|-----|-----|-----|------|------|
| СОК ФРУКТОВЫЙ        | 100 | 0,6 | 0,1 | 11,3 | 48,1 |
| Итого за прием пищи: |     | 0,6 | 0,1 | 11,3 | 48,1 |

Обед

|                                                |     |      |       |       |        |
|------------------------------------------------|-----|------|-------|-------|--------|
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                                | 30  | 0,6  | 2,9   | 2,5   | 39,1   |
| СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 100 | 2,7  | 5,4   | 6,7   | 87,5   |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ                                 | 50  | 11,5 | 11,9  | 9,0   | 188,0  |
| КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                      | 100 | 3    | 3,47  | 21,25 | 127,82 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 33  | 2,2  | 0,3   | 14,3  | 69     |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 180 | 0    | 0     | 8,9   | 35,7   |
| Итого за прием пищи:                           |     | 20,0 | 23,97 | 62,65 | 547,12 |

Полдник

|                      |       |      |      |       |        |
|----------------------|-------|------|------|-------|--------|
| ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ  | 35    | 6,18 | 4,00 | 47,38 | 249,09 |
| ЧАЙ С САХАРОМ        | 200/5 | 0    | 0    | 9,7   | 38,7   |
| Итого за прием пищи: |       | 6,18 | 4,00 | 57,08 | 287,79 |

Ужин

|                             |     |       |       |        |         |
|-----------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|
| ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ              | 115 | 15,5  | 11,5  | 14,5   | 221,8   |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №348          | 50  | 0,4   | 1,8   | 3,4    | 32,6    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ              | 25  | 1,9   | 0,2   | 12,7   | 60,1    |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 0,5   | 0,2   | 16,9   | 81,1    |
| Итого за прием пищи:        |     | 18,3  | 13,7  | 47,5   | 395,6   |
| Всего за день:              |     | 56,88 | 58,47 | 230,53 | 1684,21 |

Стоимость 179 р