



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

27.04.2023г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,7	25,9	207,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,2	6,7	14,4	126,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	130,9
Итого за прием пищи:		12,9	20,1	58,0	464,1

II Завтрак

ЯБЛОКИ	192	0,8	0,8	18,9	90,4
Итого за прием пищи:		0,8	0,8	18,9	90,4

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	40	0,5	2,3	2,5	33,6
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,0	4,4	16,4	125,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	13,0	12,6	16,4	231,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,1	0,4	19,9	95,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		20,6	19,7	63,8	521,0

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,7	4,6	37,1	212,3
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,8	80,1
Итого за прием пищи:		6,6	4,8	55,9	292,4

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО	40	0,8	2,0	3,7	36,3
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	13,5	11,7	21,3	244,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	3	0,3	20,1	94,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		17,3	14,0	54,8	413,6
Всего за день:		58,2	59,4	251,4	1781,5

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

27.04.2023г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 9

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

Завтр ак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6,5	19,5	155,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,2	6,6	14,4	125,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	130,7
Итого за прием пищи:		11,2	17,8	51,5	411,8

II Завтрак

ЯБЛОКИ	192	0,8	0,8	18,9	90,5
Итого за прием пищи:		0,8	0,8	18,9	90,5

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	40	0,5	2,4	2,5	34,3
РАССОЛЬНИК, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,7	3,8	12,3	100,1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	13,0	12,9	16,4	233,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,1	0,4	19,9	95,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,4	33,9
Итого за прием пищи:		20,3	19,5	59,5	497,7

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,8	5,1	37,2	217,5
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,8	80,1
Итого за прием пищи:		6,7	5,3	56,0	297,6

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО	40	0,8	1,9	3,7	35,4
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	13,8	11,9	21,5	247,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3	0,3	20,1	94,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		17,6	14,1	55,0	416,8
Всего за день:		56,6	57,5	240,9	1714,4

Стоимость меню

179 руб