



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

27.06.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. КороткихКатегория: младшая группа
Диета: без диеты

день 2

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

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,2	27,7	220,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,8	6,9	18,6	148,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,9	5,1	16,9	132,9
Итого за прием пищи:		14,4	21,2	63,2	501,2

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	99	0,7	0,1	13,7	58
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,7	58

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,7	2,1	26,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200	3,8	6,6	10,5	121,1
КОТЛЕТЫ	50	13,8	13,9	8,7	214,4
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,4	108
ЧАЙ С САХАРОМ	200/5	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		24,8	26,17	74,65	636,42

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	5,86	3,14	53,30	263,82
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,9
Итого за прием пищи:		5,86	3,14	62,00	298,72

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	18,6	8,3	14,0	205,1
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,4	2,5	3,0	36,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	0,2	18,3	86,6
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,8	80,2
Итого за прием пищи:		22,3	11,2	52,1	408,6
Всего за день:		68,06	61,81	5	1902,9

Стоимость 179 р

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

27.06.2023

Утверждаю

Заведующий
В. В. КороткихКатегория: первая младшая группа
Диета: без диеты

день 2

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

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6	8,9	22,6	194,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	2,8	5,7	18,3	136,5
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,5	4,6	15,0	120,8
Итого за прием пищи:		13,3	19,2	55,9	452,0

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	139	0,7	0,1	14,1	60
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	14,1	60

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,6	2,0	25,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	150	3,4	6,0	8,4	105,3
КОТЛЕТЫ	50	14,0	13,8	8,6	213,7
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,9	3,5	21	126,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,4	107,6
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0	0	7,6	30,1
Итого за прием пищи:		24,5	25,4	70,0	608,4

Полдник

ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ	60	5,73	3,62	52,64	264,55
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,73	3,62	62,34	303,25

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	18,6	8,2	14,3	205,5
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,3	2,2	3,0	33,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	0,2	18,4	86,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	12,8	60,8
Итого за прием пищи:		22,1	10,8	48,5	386,5
Всего за день:		66,33	59,12	250,84	1810,15

Стоимлсть 179 р

