



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
28.10.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Наименование блюда	день 1				
	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	200/5	5,9	8,9	25,3	204,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	1,9	6,6	12,8	117,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,4
Итого за прием пищи:		12,3	20,2	55,6	452,4

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	100	0,1	0	8,2	34,4
Итого за прием пищи:		0,1	0	8,2	34,4

Обед

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ	40	0,6	1,9	3,7	35,1
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,9	6,0	15,6	139,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60	11,8	15,1	4,8	201,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,8	5,1	30,7	196,2
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	42	2,8	0,4	18,1	87,1
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,8	0	17,9	75,6
Итого за прием пищи:		27,7	28,5	90,8	734,2

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ	35/10/5	4,1	7,1	12,6	130,4
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,9
Итого за прием пищи:		4,1	7,1	21,3	165,3

Ужин

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	26	0,2	0	0,4	3,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,3	5,5	22,1	150,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	35	2	0,2	13,2	62,1
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ с/м	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		5,6	5,7	46,0	259,3
Всего за день:		49,8	61,5	221,9	1645,6

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
28.10.2024
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Наименование блюда	день 1				
	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценност ь г

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	150	5,8	8,8	25,2	203,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	6,3	12,6	114,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	4,4	16,1	121,2
Итого за прием пищи:		11,9	19,5	53,9	439,0

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	100	0,1	0	8,1	33,7
Итого за прием пищи:		0,1	0	8,1	33,7

Обед

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ	30	0,4	1,6	2,4	26,3
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,9	5,1	12,0	113,9
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60	10,9	14,3	4,9	190,8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	4,0	23,8	152,1
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж	25	1,7	0,2	10,6	51
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,7	0	15,4	65,5
Итого за прием пищи:		22,8	25,2	69,1	599,6

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ	35/10/5	4,2	7,1	12,5	131,4
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,5
Итого за прием пищи:		4,2	7,1	21,3	166,9

Ужин

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	25	0,2	0	0,4	3,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,9	5,2	18,9	133,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	35	2,7	0,2	17,6	82,9
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ с/м	200	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		5,9	5,4	47,2	263,0
Всего за день:		44,9	57,2	199,6	1502,2

Стоимость 179 руб.