



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
28.11.2024
г.о. Самара

Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет день 4					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	6,6	9,2	30,0	227,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,6	14,2	125,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,8	4,0	16,2	117,4
Итого за прием пищи:		12,6	19,8	60,4	470,2
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	78	0,3	0,3	7,7	36,7
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,7	36,7
Обед					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,6
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/8	1,7	5,3	7,7	89,3
ПЛОВ	160	14,4	15,5	27,9	308,7
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	48	3,2	0,4	20,7	99,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,4	45,8
Итого за прием пищи:		19,5	21,2	68,2	547,0
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4,8	2,7	38,4	197,8
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,3	55,3
Итого за прием пищи:		4,9	2,7	51,7	253,1
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	7,9	2,5	5,9	78,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135/5	2,8	5,3	19,2	134,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	33	2,5	0,2	16,6	78,2
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,83	43,85
Итого за прием пищи:		13,31	8,0	52,53	334,85
Всего за день:		50,61	52,0	240,53	1641,85

Стоимость меню 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
28.11.2024
г.о. Самара

Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	5,0	7,2	22,9	176,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,1	6,7	14,1	125,5
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,0	4,2	16,2	119,3
Итого за прием пищи:		11,1	18,1	53,2	421,7
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	77	0,3	0,3	7,6	36,6
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,6	36,6
Обед					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,6
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/7	1,2	4,0	4,8	62,3
ПЛОВ	150	14,3	15,2	26,4	299,1
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,6	30,4
Итого за прием пищи:		17,7	19,5	52,0	456,6
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,2	3,0	38,6	201,8
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,4	43,6
Итого за прием пищи:		5,3	3,0	49,0	245,4
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	7,9	2,6	5,8	78,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,0	3,6	14,2	98,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	10,63	42,75
Итого за прием пищи:		13,11	6,4	50,73	313,95
Всего за день:		47,51	47,3	212,53	1474,25

Стоимость меню 179руб