

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
28.12.2023
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,7	27,0	211,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	3,5	7,2	23,2	172,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,4	15,0	117,7
Итого за прием пищи:		14,0	20,3	65,2	501,0
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,6	44,9
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,6	44,9
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	23	0,2	0	0,4	3
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	6,7	9,6	120,6
ПЛОВ	150	14,5	14,6	35,2	329,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,6	0,5	22,9	110,3
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200	0	0	9,8	40,1
Итого за прием пищи:		21,9	21,8	77,9	603,4
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,6	6,2	41,9	245,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		5,7	6,2	52,2	288,8
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,6	4,9	54,7
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70/50	20,0	9,0	5,7	183,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,2	0,3	27,8	131,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		25,1	12,9	48,1	408,5
Всего за день:		67,2	61,3	254,0	1846,6

Стоимость меню

179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
28.12.2023
Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,6	7,5	21,6	172,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	3,7	7,6	23,9	179,1
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,6	16,1	124,3
Итого за прием пищи:		12,7	19,7	61,6	475,7
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	99	0,5	0,1	10,6	44,8
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,6	44,8
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	22	0,2	0	0,4	2,9
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	100	2,3	7,1	4,3	96,8
ПЛОВ	150	14,4	14,2	35,6	327,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200	0	0	9,8	39,7
Итого за прием пищи:		20,5	21,8	73,4	578,8
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	50	4,5	5,5	31,8	194,3
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		4,6	5,5	42,0	237,0
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,4	2,4	2,4	33,2
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60/50	15,0	4,0	5,1	117,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,2	0,3	27,6	130,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		19,6	6,7	44,8	319,7
Всего за день:		57,9	53,8	232,4	1656,0

Стоимость меню

179руб