



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

28.12.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:сад(свдо7лет)

Диета:без диет

день 6

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/6	6	9,5	31,3	235,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3,2	6,9	20,8	158,9
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	3,8	4,0	15,3	113,4
Итого за прием пищи:		13,0	20,4	67,4	507,5

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	120	0,6	0,1	11,8	50,3
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,8	50,3

Обед

БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОН	200/13/8	1,7	4,0	10,2	83,9
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60	8,8	8,9	2,2	123,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,2	5,4	21,4	146,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	55	3,7	0,5	23,6	113,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,7	50,6
Итого за прием пищи:		17,4	18,8	70,1	517,7

Полдник

БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	1,0	0,1	20,3	85,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,16	0	10,95	44,48
Итого за прием пищи:		1,16	0,1	31,25	130,38

Ужин

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/4	3,3	3,9	21	133,0
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	39	3	0,2	20	94,3
Итого за прием пищи:		6,3	4,1	41	227,3
Всего за день:		38,46	43,5	221,5	1433,1

Стоимость 179 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

28.12.2024

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:первая

Диета:без диет

ден

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,4	7,3	24,6	182,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3,2	6,8	21,0	157,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	4,1	15,5	115,3
Итого за прием пищи:		11,5	18,2	61,1	455,9

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	119	0,6	0,1	11,7	50,1
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,7	50,1

Обед

БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОН	100/4/4	1,3	1,6	7,2	49,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60	8,8	8,7	2,4	122,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/4	2,1	3,5	14,6	98,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	55	3,6	0,5	23,3	112,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		15,8	14,3	57,2	421,3

Полдник

БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	1,0	0,1	20,2	85,3
ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,16	0	10,0	40,78
Итого за прием пищи:		1,16	0,1	30,2	126,0

Ужин

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	2,8	2,9	18,2	111,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за прием пищи:		5,9	3,1	38,3	206,3
Всего за день:		34,96	35,8	198,5	1259,68

Стоимость 179 руб