

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
29.01.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: садик-Здолеп
Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод г	Энергетическая ценность г
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100/3	15,0	9,6	19,0	225,7
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	40	1,1	2,8	4,2	46,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,6	6,8	16,8	138,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	3,9	4,0	15,3	114,1
Итого за прием пищи:		22,6	23,2	55,3	524,7
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	131	4	3,3	5,5	71,2
Итого за прием пищи:		4	3,3	5,5	71,2
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	1,0	2,4	5,6	48,2
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/13	2,2	4,9	11,2	103,3
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	60	12,4	13,0	9,6	205,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,7	5,1	30,2	193,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	57	3,8	0,5	24,4	117,2
ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,09	0	9,88	39,81
Итого за прием пищи:		26,19	25,9	90,88	707,01
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,3	0,1	20,6	88,4
СОК ФРУКТОВЫЙ	179	0,9	0,2	17,8	75,9
Итого за прием пищи:		2,2	0,3	38,4	164,3
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/4	5,9	7,9	19,9	175,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	39	2,9	0,2	19,2	90,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,8	8,1	48,8	304,2
Всего за день:		63,79	60,8	238,88	1771,41

Стоимость меню 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
29.01.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: перераз
Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод г	энергетическая ценность
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	105/3	15,6	11,0	20,1	244,8
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,7	2,1	2,2	30,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,6	7,6	17,1	147,9
КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	4,3	4,6	16,1	123,5
Итого за прием пищи:		23,2	25,3	55,5	546,6
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	132	4	3,3	5,5	71,3
Итого за прием пищи:		4	3,3	5,5	71,3
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,8	2,0	4,1	37,7
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7	1,9	4,8	8,6	90,0
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	55	9,2	10,8	9,9	172,5
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,3	4,6	24,2	159,2
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,09	0	11,78	47,61
Итого за прием пищи:		19,29	22,5	71,28	568,21
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,3	0,1	21,2	91,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	17,8	76
Итого за прием пищи:		2,2	0,3	39,0	167,0
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	120/2	5,8	5,7	21,8	162,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,5	6,0	55,8	316,4
Всего за день:		58,19	57,4	227,08	1669,5

Стоимость меню 179 руб