

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

30.08.2023

МБДОУ

№ 253

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без диет

день

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	20,9	15,2	24,9	324,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	0,9	2,6	6,7	54,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/7	3	6,9	19,7	153,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	16,8	130,3
Итого за прием пищи:		29,5	29,6	68,1	662,2
II Завтрак					
ЙОГУРТ	147	4,1	3,7	6,7	83,5
Итого за прием пищи:		4,1	3,7	6,7	83,5
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	22	0,2	0	0,4	2,9
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/10	7,8	6,4	26,0	198,4
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	15,2	16,1	5,7	227,2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	4,0	23,7	151,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,7	109
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		31,9	27,0	88,2	727,5
Полдник					
ПРЯНИКИ	47	2,8	2,2	35,8	174,5
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	104,8
Итого за прием пищи:		7,8	7,8	44,0	279,3
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	5,6	8,6	27,7	211,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	1,2	0,1	7,7	36,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1	0	8,8	37,8
Итого за прием пищи:		6,9	8,7	44,2	285,0
Всего за день:		80,2	76,8	251,2	2037,5

Стоимость меню

179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253"

30.08.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

день

Наименование блюда	масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	21,0	15,2	25,3	325,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	0,9	2,4	6,5	51,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	3	5,1	19,4	135,4
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,7	3,9	13,3	104,4
Итого за прием пищи:		28,6	26,6	64,5	616,5
II Завтрак					
ЙОГУРТ	148	4,1	3,7	6,7	83,6
Итого за прием пищи:		4,1	3,7	6,7	83,6
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	22	0,2	0	0,4	2,9
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/10	6,4	6,1	19,2	161,9
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	15,1	15,9	5,9	226,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	4,0	23,8	152,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,6	108,8
ЧАЙ С САХАРОМ	170	0	0	8,3	33,6
Итого за прием пищи:		30,4	26,5	80,2	685,7
Полдник					
ПРЯНИКИ	48	2,8	2,3	36	175,7
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87,3
Итого за прием пищи:		7,1	7,0	42,9	263,0
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	5,0	7,9	24,9	191,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,2	0,1	7,8	36,8
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1	0	8,6	36,6
Итого за прием пищи:		6,3	8,0	41,3	264,8
Всего за день:		76,5	71,8	235,6	1913,6

Стоимость меню

179 руб