

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
30.09.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (до 7 лет)
Диета: без диеты

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	200/5	5,9	8,9	25,3	204,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,1	6,6	13,7	122,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	130,7
Итого за прием пищи:		12,5	20,2	56,6	457,6
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	100	0,1	0	7,1	29,4
Итого за прием пищи:		0,1	0	7,1	29,4
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ	40	0,6	1,9	3,7	34,4
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	6,0	5,9	15,2	136,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60	11,3	14,6	4,8	195,5
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,8	5,2	30,7	196,6
ХЛЕБ "УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ" рж	45	3	0,4	19,5	93,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,7
Итого за прием пищи:		27,7	28,0	82,6	691,2
Полдник					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,6	5,1	11	113,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		5,7	5,1	21,0	154,0
Ужин					
ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	25	0,1	0	0,2	1,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,8	21,4	141,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	34	2,6	0,2	17,2	81,1
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ с/м	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		6,0	5,0	49,1	267,8
Всего за день:		52,0	58,3	216,4	1600,0

Стоимость 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
30.09.2024

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диеты

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценност ь г
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	150	5,8	8,8	25,2	203,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	2,1	6,6	13,7	122,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	4,4	16,2	121,2
Итого за прием пищи:		12,1	19,8	55,1	447,0
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	100	0,1	0	7,2	29,7
Итого за прием пищи:		0,1	0	7,2	29,7
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ	30	0,5	1,9	2,6	30,1
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,8	4,7	11,3	106,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60	9,5	12,8	4,8	173,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	3,8	23,6	148,9
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж	50	3	0,4	19,5	93,9
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		23,0	23,6	70,5	586,8
Полдник					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,6	5,2	10,5	112,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		5,7	5,2	20,5	152,9
Ужин					
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	25	0,1	0	0,2	1,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,4	21,4	138,2
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	34	2,6	0,2	17,1	80,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ с/м	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		6,0	4,6	48,9	263,2
Всего за день:		46,9	53,2	202,2	1479,6

Стоимость 179 руб.