



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

31.03.2023г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:сад(с3до7лет)

Диета:без диет

день
10

Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углево ды г	Энерг етиче ская ценно сть г
--------------------	--------------	----------	--------	-------------	------------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПОЙ МАННОЙ со сгущенным молоком	130	21,9	17,4	30,8	370,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,7	16,0	134,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	3,7	16,4	118,0
Итого за прием пищи:		28,8	27,8	63,2	622,5

II Завтрак

ЙОГУРТ	170	3,4	2,6	5,1	81,8
Итого за прием пищи:		3,4	2,6	5,1	81,8

Обед

ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,8	2,2	4,1	39,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	6,7	14,4	137,5
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	14,9	18,5	14,5	284,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22,1	106,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	42,3
Итого за прием пищи:		22,8	27,9	65,1	610,5

Полдник

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	44,9
ПРЯНИКИ	73	4,4	3,5	55,4	270,5
Итого за прием пищи:		4,5	3,6	66,2	315,4

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,6	7,8	26,6	203,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	19	89,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,5	8,0	55,3	331,7
Всего за день:		69,0	69,9	254,9	1961,9
Стоимость 179 р.					



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

31.03.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:первая младшая группа

Диета:без диет

день
10

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углев оды г	энерге тическ ая ценнос ть г
--------------------	--------------	----------	--------	-------------	------------------------------

Зав трак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПОЙ МАННОЙ со сгущенным молоком	130	21,9	16,8	31,1	366,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,7	15,8	133,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	3,7	16,4	118,5
Итого за прием пищи:		28,9	27,2	63,3	618,1

II Завтрак

ЙОГУРТ	170	3,4	2,6	5,1	81,8
Итого за прием пищи:		3,4	2,6	5,1	81,8

Обед

ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,8	2,2	4,2	40,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,1	6,5	10,5	116,1
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	90	14,8	18,5	14,3	283,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,2	106,7
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	9,2	39,2
Итого за прием пищи:		22,3	27,7	60,4	585,7

Полдник

ПРЯНИКИ	73	4,4	3,5	55,4	270,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ФРУКТОВ)	200	0,1	0,1	10,8	45,1
Итого за прием пищи:		4,5	3,6	66,2	315,4

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,5	8,0	26,7	206,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	0,2	19,1	90,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,4	8,2	55,5	335,0
Всего за день:		68,5	69,3	250,5	1936,0
Стоимость 179р					