



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

31.08.2023г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	---------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,2	8,7	25,9	207,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/7	3,2	7,0	21,0	159,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,3
Итого за прием пищи:		13,9	20,4	64,4	497,0

II Завтрак

ФРУКТ	100	0,5	0,5	11,2	53,8
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,2	53,8

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0	0,8	4,3
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/11	4,2	6,9	16,6	152,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,4	13,9	16,4	248,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	3,9	0,5	24,7	118,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		22,8	21,3	67,2	558,9

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,8	40,4	229,2
СОК ФРУКТОВЫЙ	190	1	0,2	19,2	81,9
Итого за прием пищи:		7,3	5,0	59,6	311,1

Ужин

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	39	0,8	0	1,6	9,6
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	14,3	11,7	21,3	247,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,5	0,3	23,2	109,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		18,6	12,0	55,8	405,7
Всего за день:		63,1	59,2	258,2	1826,5

Стоимость меню

179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

31.08.2023г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	---------------------------

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,6	6,4	19,3	154,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	3,2	5,8	20,8	148,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	3,7	4	14,3	107,9
Итого за прием пищи:		11,5	16,2	54,4	410,1

II Завтрак

ФРУКТ	100	0,5	0,5	11,2	53,8
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,2	53,8

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,3	0	0,8	4,3
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,8	6,6	12,4	130,8
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	15,0	14,1	21,3	273,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,9	0,5	24,7	118,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170	0	0	8	31,6
Итого за прием пищи:		23,0	21,2	67,2	558,4

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,3	4,3	37,6	213,1
СОК ФРУКТОВЫЙ	190	1	0,2	19,2	81,7
Итого за прием пищи:		7,3	4,5	56,8	294,8

Ужин

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	0,8	0	1,6	9,6
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	14,3	11,8	21,5	249,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	3,5	0,3	23	108,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,2
Итого за прием пищи:		18,6	12,1	54,9	402,4
Всего за день:		60,9	54,5	244,5	1719,5

Стоимость меню

179 руб