



28.03.2023 г.

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	205	6,5	8,9	26,3	212,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,5	6,8	16,1	135,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,2
Итого за прием пищи:		13,5	20,4	60,1	478,5

II Завтрак

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87,3
Итого за прием пищи:		4,3	4,7	6,9	87,3

Обед

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	50	0,8	4,9	4,2	63,9
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,9	6,9	15,4	146,5
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	18,4	16,1	38,2	371,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21	101
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,8	0	17,2	72,5
Итого за прием пищи:		27,2	28,3	96,0	755,0

Полдник

ПРЯНИКИ	32	1,9	1,5	24,6	119,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		1,9	1,5	34,3	158,6

Ужин

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	9,0	2,9	3,1	74,7
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,7	4,7	16,9	120,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,7	78,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		14,2	7,8	46,4	312,9
Всего за день:		61,1	62,7	243,7	1792,3

Стоимость меню 179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253"

28.03.2023г

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	205	6,5	8,9	26,3	212,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,5	6,8	16,1	135,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,2
Итого за прием пищи:		13,5	20,4	60,1	478,5

II Завтрак

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87,3
Итого за прием пищи:		4,3	4,7	6,9	87,3

Обед

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	50	0,8	4,9	4,2	63,9
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,9	6,9	15,4	146,5
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	18,4	16,1	38,2	371,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21	101
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,8	0	17,2	72,5
Итого за прием пищи:		27,2	28,3	96,0	755,0

Полдник

ПРЯНИКИ	32	1,9	1,5	24,6	119,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		1,9	1,5	34,3	158,6

Ужин

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	9,0	2,9	3,1	74,7
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,7	4,7	16,9	120,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	0,2	16,7	78,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		14,2	7,8	46,4	312,9
Всего за день:		61,1	62,7	243,7	1792,3

Стоимость меню 179 руб

