



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
13.08.2026

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность к к
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,6	27,2	211,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	4,1	7,4	26,6	189,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	16,8	130,5
Итого за прием пищи:		15,1	20,9	70,6	531,1
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	83	2,5	2,1	3,5	45,3
Итого за прием пищи:		2,5	2,1	3,5	45,3
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	34	0,3	0	0,9	4,7
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,6	6,0	11,8	119,8
ПЛОВ	155	17,4	17,9	35,5	372,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,8	0,8	37	177,9
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,7	42,6
Итого за прием пищи:		26,1	24,7	95,9	717,4
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,2	3,8	36,2	199,6
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	11,4	47,4
Итого за прием пищи:		5,3	3,8	47,6	247,0
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	3,0	5,5	23,0	153,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с. 0,60кг	55	7,7	0,6	50,4	237,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0	11,95	48,54
Итого за прием пищи:		10,86	6,1	85,35	439,94
Всего за день:		59,86	57,6	302,95	1980,74

Стоимость меню 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
13.08.2026

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность к к
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,7	9,1	23,9	200,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	3,1	6,7	20,1	153,5
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,0	4,2	14,5	113,6
Итого за прием пищи:		12,8	20,0	58,5	467,2
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	84	2,5	2,1	3,5	45,6
Итого за прием пищи:		2,5	2,1	3,5	45,6
Обед					
СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130/6	1,7	3,1	7,8	69,3
ПЛОВ	155	16,7	17,8	35,5	370,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	4	0,5	25,4	122,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	30	0,2	0	0,7	4,1
Итого за прием пищи:		22,6	21,4	79,1	604,8
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	6,1	4,5	37,1	214,0
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	11,4	47,8
Итого за прием пищи:		6,2	4,5	48,5	261,8
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170	2,6	4,8	19,3	131,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с. 0,60кг	70	5,3	0,4	35,1	165,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0	12,15	49,34
Итого за прием пищи:		8,06	5,2	66,55	346,84
Всего за день:		52,16	53,2	256,15	1726,24

Стоимость меню 210 руб.