

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
25.08.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)
Диета: без диет

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
25.08.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

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

Завтрак

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,2	27,8	220,5	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6	9,5	23,1	202,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	4,4	7,5	28,8	200,8	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,3	125,0	КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	3,8	4,1	14,1	110,3
Итого за прием пищи:		15,5	21,4	72,9	546,3	Итого за прием пищи:		11,6	20,2	48,8	425,2

II Завтрак

II Завтрак

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87,3	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	110	3,1	3,4	5	64
Итого за прием пищи:		4,3	4,7	6,9	87,3	Итого за прием пищи:		3,1	3,4	5	64

Обед

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	1,2	2,4	2,8	37,7	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,9	1,5	3,1	28,8
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,2	5,9	10,2	111,5	ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	130	1,6	3,8	7,3	72,0
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	17,7	18,1	9,6	270,6	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,6	13,1	9,5	199,4
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,1	0,7	33	158,5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	0,2	0	9,0	36,8	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,15	0	10,01	40,52
Итого за прием пищи:		29,4	30,57	85,85	742,92	Итого за прием пищи:		19,85	22,27	68,16	550,14

Полдник

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	162,8	ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,8	29,2	162,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,6	42,4	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		3	3,8	39,8	205,2	Итого за прием пищи:		3	3,8	38,9	201,5

Ужин

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	12,1	5,2	13,7	148,8	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	8,7	5,5	14,2	139,3
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	105	2	3,3	16,6	104,5	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	90	1,7	2,7	14,3	88,2
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с 0,60 кг	50	5,8	0,5	38,3	181	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60 кг	30	2,3	0,2	15,1	71
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ с/м	200	0,1	0	12,4	51,6	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ с/м	200	0,1	0	11,8	49,1
Итого за прием пищи:		20,0	9,0	81,0	485,9	Итого за прием пищи:		12,8	8,4	55,4	347,6
Всего за день:		72,2	69,47	286,4	2067,62	Всего за день:		50,35	58,07	216,26	1588,44

Стоимость меню 210 руб

Стоимость меню 210 руб.