



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

26.08.2026

г.о. Самара

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без диеты

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

г.о. Самара

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

26.08.2026

г.о. Самара

Категория: первая младшая группа

Диета: без диеты

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

г.о. Самара



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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	18,6	13,1	21,7	282,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/7	3,2	7,1	21,1	160,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,4	129,8
Итого за прием пищи:		26,3	24,9	60,2	573,2

II Завтрак

РЯЖЕНКА	190	5,9	5	8,3	107
Итого за прием пищи:		5,9	5	8,3	107

Обед

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	32	0,4	0,1	1,2	7,8
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/12	4,6	7,7	25,9	199,0
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ЦБ	50	14,9	15,1	4,9	214,3
ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	155	5,7	5,1	34,9	208,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,1	0,7	32,6	157
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,6	42,4
Итого за прием пищи:		30,7	28,7	110,1	828,8

Полдник

ПРЯНИКИ	39	2,3	1,8	29,4	143,6
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	11,3	47,2
Итого за прием пищи:		2,4	1,8	40,7	190,8

Ужин

КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,1	9,6	22,1	199,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с 0,60 кг	50	5,8	0,5	38,3	180,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0	12,93	52,27
Итого за прием пищи:		12,06	10,1	73,33	432,37
Всего за день:		77,36	70,5	292,63	2132,17

Стоимость 210 р

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/14	18,8	13,2	22,9	288,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,9	11,4	114,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/9	3,7	3,7	15,1	109,9
Итого за прием пищи:		24,2	23,8	49,4	512,5

II Завтрак

РЯЖЕНКА	120	4,5	3,8	6,3	81
Итого за прием пищи:		4,5	3,8	6,3	81

Обед

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	32	0,4	0,1	1,2	7,7
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	130/5	2,6	3,6	13,3	96,7
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ЦБ	50	8,4	10,0	5,2	144,6
ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	100	4	2,6	24,1	135,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		18,0	16,7	70,5	504,5

Полдник

ПРЯНИКИ	40	2,4	1,9	30	146,4
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	11,5	48,3
Итого за прием пищи:		2,5	1,9	41,5	194,7

Ужин

КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,1	9,5	21,8	197,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,16	0	12,43	50,37
Итого за прием пищи:		8,16	9,7	46,73	306,57
Всего за день:		57,36	55,9	214,43	1599,27

Стоимость 210 р