

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
08.09.2026

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (С/ДОТ/Л/П)
Диета: без диет

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
08.09.2026

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	углевод г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------	--------------------	--------------	---------	--------	-----------	---------------------------

Завтрак

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,2	27,7	219,8	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6,3	13,0	29,7	260,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3,2	7,1	21,1	161,4	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,6	8,9	10,1	126,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,6	4,8	16,4	127,7	КАКАО С МОЛОКОМ	190/9	6,0	5,6	16,6	142,4
Итого за прием пищи:		14,5	21,1	65,2	508,9	Итого за прием пищи:		13,9	27,5	56,4	529,3

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	2,7	37,1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50	0,9	9,8	11,4	136,8
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,1	5,3	10,4	104,0	ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	130	2,3	19,4	9,9	226,7
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	15,6	16,3	9,5	246,3	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	105	16,4	22,5	12,7	318,2
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	4,6	0,6	29,7	143,1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	0,1	0	9,0	36,4	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,13	0	9,96	40,24
Итого за прием пищи:		26,6	28,07	82,55	694,72	Итого за прием пищи:		25,33	55,57	82,21	931,36

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	10,7	42,5	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		3	3,8	39,9	205,3	Итого за прием пищи:		3	3,8	38,9	201,5

Ужин

Ужин

ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	10,1	5,0	13,6	138,8	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	120	13,1	14,8	15,6	247,3
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	105	2	3,2	16,6	104,0	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	95	1,8	8,5	14,4	139,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с 0,60 кг	50	5,1	0,4	33,4	157,4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	30	2,3	0,2	15,1	71
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	12,2	51,2	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	180	0	0	10,1	41,3
Итого за прием пищи:		17,3	8,6	75,8	451,4	Итого за прием пищи:		17,2	23,5	55,2	499,4
Всего за день:		65,7	66,27	270,3	1947,62	Всего за день:		62,53	113,77	237,71	2225,56

Стоимость меню 210 руб

Стоимость меню 210 руб.