



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
10.09.2026
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
10.09.2026
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,7	27,1	212,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	3,3	7,1	21,5	163,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,3	4,6	16,2	124,0
Итого за прием пищи:		13,9	20,4	64,8	499,1
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	64,7
Итого за прием пищи:		0,8	0,2	15,2	64,7
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	40	0,3	0	1	5,3
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,4	5,3	11,4	109,9
ПЛОВ	155	16,4	17,2	35,5	361,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,7	0,6	30,2	145,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,7	42,8
Итого за прием пищи:		23,8	23,1	88,8	664,9
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,1	3,7	36,0	199,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	11,4	47,7
Итого за прием пищи:		5,2	3,7	47,4	247,2
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	200	3,0	5,5	23,0	154,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с. 0,60кг	55	5,8	0,5	38,2	180,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0	11,78	47,85
Итого за прием пищи:		8,94	6,0	72,98	382,15
Всего за день:		52,64	53,4	289,18	1858,05

Стоимость меню 210 руб

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,6	8,6	22,7	190,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,2	11,8	110,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,0	4,3	14,1	110,6
Итого за прием пищи:		11,4	19,1	48,6	411,3
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	9,8	41,7
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	9,8	41,7
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	30	0,2	0	0,7	4,1
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130/6	1,7	4,1	7,7	77,7
ПЛОВ	155	16,9	16,5	35,9	359,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		21,4	21,0	71,0	561,4
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	70	6,7	5,3	36,1	217,6
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	12,0	50,1
Итого за прием пищи:		6,8	5,3	48,1	267,7
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	170	2,7	3,7	19,7	123,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с. 0,60кг	50	3,8	0,3	25,1	118,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0	11,58	46,85
Итого за прием пищи:		6,64	4,0	56,38	288,75
Всего за день:		46,74	49,5	233,88	1570,85

Стоимость меню 210 руб.