



C=RU, O="МБДОУ
""Детский сад №
253"" г.о. Самара",
CN=Коротких
B_B_,
E=doo253@samara.e
du.ru
00eff9c4d45b62e0f8
2026-09-28 14:46:29



Наименование блюда	Масса порции	белк и г	Жиры г	углевод г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	----------	--------	-----------	---------------------------

Диета: без ди день 7

Завтрак					
КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/6	5,5	9,4	20,3	187,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,7	6,9	17,7	143,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,2	3,4	15,3	105,7
Итого за прием пищи:		11,4	19,7	53,3	437,2
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	11,7	49,9
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,7	49,9
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,5	1,9	3,1	32,7
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,8	7,0	16,7	145,8
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	60	13,2	13,1	5,5	192,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5,7	4,9	34,8	206,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,5	24,2	116,4
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	11,4	47,6
Итого за прием пищи:		26,1	27,4	95,7	741,7
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,7	42,9
Итого за прием пищи:		3,8	4,9	47,9	251,4
Ужин					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	30	0,5	1,9	2,1	28,5
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	70	13,7	9,3	5,7	160,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	44	3,3	0,3	21,6	102,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,13	0	9,96	40,24
Итого за прием пищи:		17,63	11,5	39,36	331,54
Всего за день:		59,53	63,6	247,96	1811,74

Стоимость 210 руб.

Наименование блюда	масса порции	белк и г	жиры г	углевод г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	----------	--------	-----------	---------------------------

Диета: без ди день

Завтрак					
КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	180/5	4,9	9,3	19,4	182,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,4	3,4	16,4	110,9
Итого за прием пищи:		10,1	18,9	47,6	403,2
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	10,1	43
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	45	0,5	3,2	5,9	55,5
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130	2,0	7,0	11,3	119,5
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	60	9,1	9,7	5,7	146,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,6	3,0	22,1	130,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	10,3	43,2
Итого за прием пищи:		17,9	23,3	72,3	577,5
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,6	38,3
Итого за прием пищи:		2,3	2,9	31,9	163,4
Ужин					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	30	0,5	3,2	2,1	39,9
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	70	13,6	9,5	6,3	164,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	50	3,8	0,3	25,1	118,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,13	0	9,96	40,24
Итого за прием пищи:		18,03	13,0	43,46	363,24
Всего за день:		48,83	58,2	205,3	1550,34

Стоимость 210 руб.