C=RU, O="МБДОУ ""Детский сад № 253"" г.о. Самара", CN=Коротких В_В_, E=doo253@samara.edu.ru 00eff9c4d45b62e0f8 2026-10-30 15:53:42

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
02.11.2026
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория:сад(3др7лет)
Диета:без диет

день 1

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	30	0,6	1,9	2,2	28,9
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	7,2	13,6	1,6	157,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,6	9,3	16,4	159,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,3	3,4	17,8	116,3
Итого за прием пищи:		13,7	28,2	38,0	461,6
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ	100	0,1	0	9,4	39,1
Итого за прием пищи:		0,1	0	9,4	39,1
Обед					
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	4,8	6,9	14,4	141,7
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	70	8,7	8,9	2,9	126,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/4	6,8	5,2	30,7	196,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,1	0,6	26,5	127,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0	10,92	44,12
Итого за прием пищи:		24,51	21,6	85,42	636,52
Полдник					
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	60	6,6	9,5	16,5	178,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		6,6	9,5	25,1	213,5
Ужин					
ИКРА ОВОЩНАЯ	45	0,7	3,8	3,9	52,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,7	5,5	16,0	124,7
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙЙ" в/с	50	4	0,3	26,1	123,4
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ с/м	200	0,1	0	12,2	51,2
Итого за прием пищи:		7,5	9,6	58,2	352,1
Всего за день:		52,41	68,9	216,12	1702,82

Стоимость меню 210 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
02.11.2026
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

день 1

Наименование блюда	Масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	30	0,5	1,9	2,1	28,6
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	5,4	9,3	1,1	109,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,5	11,6	112,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,3	3,4	17,7	115,4
Итого за прием пищи:		11,0	21,1	32,5	365,8
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ	100	0,1	0	9,2	38,1
Итого за прием пищи:		0,1	0	9,2	38,1
Обед					
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	3,6	4,6	11,5	105,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60	7,2	8,1	3,3	115,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,2	3,8	23,6	148,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,11	0	10,92	43,91
Итого за прием пищи:		18,11	16,8	62,02	474,61
Полдник					
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	4,8	7,5	13,8	141,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		4,8	7,5	22,5	176,3
Ужин					
ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,4	2,9	2,6	39,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,4	5,1	15,0	115,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	35	2,7	0,2	17,6	82,9
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ с/м	200	0,1	0	12,3	51,3
Итого за прием пищи:		5,6	8,2	47,5	288,3
Всего за день:		39,61	53,6	173,72	1343,11

Стоимость меню 210 руб.