

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
01.04.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: средняя младшая группа
Диета: без диеты

День 2

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/14	12,5	10,3	20,9	227,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,7	9,3	16,9	161,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,8	131,4
Итого за прием пищи:		19,7	24,3	55,6	520,8

II Завтрак

РЯЖЕНКА	100	3,7	3,1	5,2	66,8
Итого за прием пищи:		3,7	3,1	5,2	66,8

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/7/3	2,3	4,7	17,0	123,5
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50/1	10,9	11,0	4,8	161,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,7	4,9	34,8	206,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,3	0,6	27,2	131
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,8	43,58
Итого за прием пищи:		23,9	23,5	97,8	702,78

Полдник

ПРЯНИКИ	34	2,1	1,6	26,1	127,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,1	1,6	35,8	166,1

Ужин

КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,5	20,9	192,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	3,9	0,3	25,3	119,3
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,2	46,7
Итого за прием пищи:		9,9	9,8	57,4	358,5
Всего за день:		59,3	62,3	251,8	1814,98

Стоимость 210 р

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
01.04.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа
Диета: без диеты

День 3

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140	10,7	9,5	20,1	208,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,8	131,4
Итого за прием пищи:		17,0	20,4	49,7	450,1

II Завтрак

РЯЖЕНКА	100	3,3	2,8	4,6	59,4
Итого за прием пищи:		3,3	2,8	4,6	59,4

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,1	2,8	33,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7/2	1,6	3,1	12,5	85,4
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	7,4	7,5	4,6	116,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	3,0	14,7	96,0
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,1	0	11,0	44,18
Итого за прием пищи:		14,0	16,0	58,3	436,08

Полдник

ПРЯНИКИ	34	2	1,6	25,8	126,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2	1,6	35,5	164,8

Ужин

КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	10,0	22,4	204,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,4	47,2
Итого за прием пищи:		9,9	10,3	58,1	366,1
Всего за день:		46,2	51,1	206,2	1476,48

Стоимость 210 р