



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
01.10.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (до 3 лет)

день 3

Диета: без диеты

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	10,6	9,1	20,1	205,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	38/10	2,2	9,1	14,1	147,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,6	3,7	18,1	121,3
Итого за прием пищи:		16,4	21,9	52,3	473,4
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	78/5	2,3	2	8,7	63,8
Итого за прием пищи:		2,3	2	8,7	63,8
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2	2,2	4,5	17,1	120,7
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	10,0	10,1	4,8	150,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	3,6	4,3	23,2	146,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	46	3,1	0,4	19,6	94,4
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,9	43,68
Итого за прием пищи:		19,6	21,6	78,8	592,68
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,9	40,5	230,2
Итого за прием пищи:		6,3	4,9	40,5	230,2
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,0	20,9	188,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	37	2,5	0,2	16,9	79,7
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		8,5	9,2	48,1	311,3
Всего за день:		53,1	59,6	228,4	1671,38

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
01.10.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: старшая младшая группа

день 3

Диета: без диеты

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/10	10,0	9,1	19,0	197,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,4	129,6
Итого за прием пищи:		16,2	20,4	48,0	440,1
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	76/5	2,2	1,9	7,3	57,3
Итого за прием пищи:		2,2	1,9	7,3	57,3
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,8	2,8	38,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/2	1,7	2,8	12,5	83,8
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	7,8	8,4	4,9	125,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	2,6	15,6	95,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,1	0	11,29	45,36
Итого за прием пищи:		14,5	16,9	59,79	450,46
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	6,7	5,1	37,7	220,7
Итого за прием пищи:		6,7	5,1	37,7	220,7
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,2	10,2	23,1	208,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		10,0	10,5	57,7	366,1
Всего за день:		49,6	54,8	210,49	1534,66

Стоимость 210 р