



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
02.04.2025

В. В. Коротких
Категория: с/д (3-7 лет)

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	10,9	9,0	24,6	222,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/10	1,9	8,1	12,5	131,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,6	3,7	17,8	120,1
Итого за прием пищи:		16,4	20,8	54,9	474,4

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	88/5	2,6	2,2	8,5	66,9
Итого за прием пищи:		2,6	2,2	8,5	66,9

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2	2,0	4,3	15,4	111,3
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	8,2	7,4	4,8	119,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	3,6	4,3	23,2	146,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	41	2,7	0,4	17,6	84,7
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,09	0	10,88	43,57
Итого за прием пищи:		17,19	18,7	75,08	541,47

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,05	3,64	54,98	275,88
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,05	3,64	64,68	314,58

Ужин

КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,0	20,9	187,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	30	2,3	0,2	15	70,7
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		8,3	9,2	46,1	301,2
Всего за день:		50,54	54,54	249,26	1698,55

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
02.04.2025

В. В. Коротких
Категория: первая младшая группа

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	10,8	9,0	24,4	222,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,5	11,6	112,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	130,9
Итого за прием пищи:		17,1	20,2	53,7	465,5

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	90/5	2,6	2,2	8,6	67,2
Итого за прием пищи:		2,6	2,2	8,6	67,2

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	1,9	2,8	31,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/2	1,5	3,0	12,0	82,5
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	6,3	5,7	4,8	96,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	2,7	15,7	97,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,09	0	10,88	43,7
Итого за прием пищи:		12,79	13,6	58,88	411,7

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	65	6,74	4,12	55,65	285,88
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,74	4,12	65,35	324,58

Ужин

КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,5	22,1	198,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		9,9	9,8	56,6	356,2
Всего за день:		49,13	49,92	243,13	1625,18

Стоимость 210 р