



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
02.04.2026
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	7,3	9,9	31,1	241,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,8	9,4	17,7	165,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	5,0	5,2	18,2	141,8
Итого за прием пищи:		15,1	24,5	67,0	548,8
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	130	0,5	0,5	11,9	57,2
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,9	57,2
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	33	0,3	0	0,6	4,5
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,8	6,1	7,8	97,7
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	180/5	17,1	16,8	36,2	365,0
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,4	0,6	28,1	135
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,4	45,9
Итого за прием пищи:		23,6	23,5	84,1	648,1
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,7	4,4	38,4	214,9
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0,1	13,4	56,9
Итого за прием пищи:		5,8	4,5	51,8	271,8
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,8	0,4	31,7	149,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,11	0	10,93	43,87
Итого за прием пищи:		7,91	5,9	65,63	347,47
Всего за день:		52,91	58,9	280,43	1873,37

Стоимость меню 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
02.04.2026
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	6,0	8,9	24,3	201,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	5,0	5,1	16,9	134,1
Итого за прием пищи:		12,8	20,6	52,8	447,8
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	101	0,4	0,4	9,9	47,3
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,9	47,3
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,2	0	0,4	3,3
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,2	3,5	4,8	56,7
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	150/11	13,9	20,8	29,5	360,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	6,9	27,6
Итого за прием пищи:		17,3	24,6	54,3	509,5
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	6,4	3,3	36,3	199,6
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,4	44,0
Итого за прием пищи:		6,5	3,3	46,7	243,6
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	170/5	2,6	6,0	19,6	143,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,11	0	11,33	45,57
Итого за прием пищи:		5,81	6,2	51,03	283,97
Всего за день:		42,81	55,1	214,73	1532,17

Стоимость меню 210 руб.