



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
02.10.2025
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	6,6	9,2	29,9	227,9						
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,2	8,7	14,1	144,0						
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,3	118,0						
Итого за прием пищи:		12,7	21,9	60,3	489,9						
						II Завтрак					
ЯБЛОКИ	67	0,3	0,3	6,6	31,7						
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	6,6	31,7						
						Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	31	0,2	0	0,5	4						
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,7	6,0	7,7	95,7						
ПЛОВ	160	11,6	13,3	27,3	276,0						
ХЛЕБ ржано-пшеничный	46	3,1	0,4	19,7	94,7						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,4	45,6						
Итого за прием пищи:		16,6	19,7	66,6	516,0						
						Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,2	2,8	36,2	190,5						
Итого за прием пищи:		5,2	2,8	36,2	190,5						
						Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,6						
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	43	3,3	0,3	21,6	102,1						
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,9	43,82						
Итого за прием пищи:		6,4	5,8	55,5	299,52						
Всего за день:		41,2	50,5	225,2	1527,62						

Стоимость 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
02.10.2025
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	4,9	7,2	22,3	174,5						
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,9	11,4	114,4						
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,7	3,8	15,0	109,7						
Итого за прием пищи:		10,3	17,9	48,7	398,6						
						II Завтрак					
ЯБЛОКИ	77	0,3	0,3	6,7	32,1						
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	6,7	32,1						
						Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2	0	0,4	3,3						
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,1	3,1	4,6	52,7						
ПЛОВ	150/5	10,6	12,2	25,4	253,1						
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/7	0	0	7,3	29						
Итого за прием пищи:		13,9	15,6	50,4	399,3						
						Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	6,1	4,0	37,2	208,3						
Итого за прием пищи:		6,1	4,0	37,2	208,3						
						Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	170/5	2,6	5,4	19,5	137,1						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7						
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	11,1	44,82						
Итого за прием пищи:		5,8	5,6	50,7	276,62						
Всего за день:		36,4	43,4	193,7	1314,92						

Стоимость 210 руб