



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

03.12.2025

г.о. Самара

Категория:сад(с3до7лет)

Диета:без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетич еская ценность г
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	17,0	10,6	19,3	244,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	40	1,2	4,8	4,5	65,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	3,2	9,5	20,1	178,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,1	5,3	18,3	142,8
Итого за прием пищи:		26,5	30,2	62,2	630,9
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	145	4,4	3,7	6,2	79,5
Итого за прием пищи:		4,4	3,7	6,2	79,5
Обед					
САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	25	1,1	1,8	2,9	32,6
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,4	5,4	11,4	111,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	200/4	18,1	17,2	29,3	344,2
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	5,1	0,7	33	158,7
ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,11	0	10,93	44,05
Итого за прием пищи:		26,81	25,1	87,53	690,95
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60/28	5,27	2,36	47,65	233,87
СОК ФРУКТОВЫЙ	175	0,9	0,2	17,2	73
Итого за прием пищи:		6,17	2,56	64,85	306,87
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/5	5,9	8,7	19,9	182,0
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	5,2	0,4	34,3	162,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/11	0	0	10,7	42,7
Итого за прием пищи:		11,1	9,1	64,9	386,9
Всего за день:		74,98	70,66	285,68	2095,12

Стоимость 210руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

03.12.2025

г.о. Самара

Категория:первая

Диета:без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Наименование блюда	масса порци и	бе лк и г	жиры г	углевод ы г	энерге тически ая ценно
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	14,6	9,7	18,8	224,8
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	1,0	3,2	3,1	46,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,9	5,1	16,9	133,0
Итого за прием пищи:		22,3	24,2	50,6	514,7
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	100	3,0	1,0	4,20	40,0
Итого за прием пищи:		3,0	1,0	4,20	40,0
Обед					
САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	20	1,1	1,7	2,8	31,2
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,9	5,9	8,6	97,8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	180/4	13,6	12,6	26,4	272,2
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	10,73	43,27
Итого за прием пищи:		18,71	20,5	61,23	505,67
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	5,19	2,86	43,71	221,39
СОК ФРУКТОВЫЙ	175	0,9	0,2	17,2	73
Итого за прием пищи:		6,09	3,06	60,91	294,39
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150/3	4,5	6,8	14,5	138,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/9	0	0	8,8	35,5
Итого за прием пищи:		8,2	7,1	47,6	288,5
Всего за день:		58,30	55,86	224,54	1643,26

Стоимость 210 руб