



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
04.02.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-5 лет)

Диета: без диеты

день 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/14	10,7	9,3	20,0	207,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,5	9,2	15,5	154,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,6	130,8
Итого за прием пищи:		17,7	23,2	53,1	493,3
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	98	3	2,5	4,1	53,2
Итого за прием пищи:		3	2,5	4,1	53,2
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/7/3	2,2	4,6	17,0	122,3
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50/1	10,6	10,8	4,8	159,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,7	4,8	34,8	205,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,5	0,5	22,4	107,6
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,09	0	10,78	43,49
Итого за прием пищи:		22,69	23,0	92,98	674,99
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,8	40,5	229,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,3	4,8	50,2	268,2
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,4	20,9	191,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,2	46,7
Итого за прием пищи:		9,0	9,6	51,6	330,2
Всего за день:		58,69	63,1	251,98	1819,89

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
04.02.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: пер. младшая группа

Диета: без диеты

день 3

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	9,8	9,1	19,1	196,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,7	11,5	113
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,8	131,5
Итого за прием пищи:		16,1	20,5	48,4	440,8
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	90	2,7	2,3	3,8	48,6
Итого за прием пищи:		2,7	2,3	3,8	48,6
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,1	2,8	33,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7/2	1,6	3,0	12,8	86,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	7,7	7,7	4,9	120,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,5	3,0	15,1	97,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,09	0	10,98	44,09
Итого за прием пищи:		14,39	16,1	59,28	442,29
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,0	4,2	37,0	208,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,0	4,2	46,7	246,7
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,5	22,0	197,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	91,9
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,4	47,3
Итого за прием пищи:		9,2	9,7	52,9	337,1
Всего за день:		48,39	52,8	211,08	1515,49

Стоимость 210 р