



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

04.03.2026

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

В. В. Коротких

Категория: (3-4-7 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	9,2	19,1	203,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/10	2,2	8,3	14,5	141,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,6	130,7
Итого за прием пищи:		17,4	22,2	51,2	475,4
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	100	3,2	2,6	4,4	57,1
Итого за прием пищи:		3,2	2,6	4,4	57,1
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/7/3	2,2	4,5	17,1	121,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50/1	9,5	9,6	4,8	143,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,7	4,9	34,8	206,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,7	0,5	23,6	113,4
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,08	0	10,87	43,52
Итого за прием пищи:		21,78	21,8	94,37	663,82
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,9	40,5	230,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,3	4,9	50,2	268,9
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,5	20,9	192,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	41	3,1	0,3	20,3	95,6
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,3	46,8
Итого за прием пищи:		9,1	9,8	52,5	335,0
Всего за день:		57,78	61,3	252,67	1800,22

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

04.03.2026

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

В. В. Коротких

Категория: (архив 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	10,3	9,1	21,5	208,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,5	11,6	112,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,4
Итого за прием пищи:		16,6	20,3	50,6	451,4
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	95	2,9	2,4	4	51,5
Итого за прием пищи:		2,9	2,4	4	51,5
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,2	2,9	34,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7/2	1,6	2,6	12,7	81,8
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	10,1	10,4	4,8	153,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	2,7	14,8	93,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,08	0	11,07	44,32
Итого за прием пищи:		16,68	18,2	58,97	468,52
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,1	4,0	36,9	205,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,1	4,0	46,6	244,1
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,8	22,5	202,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,5	47,6
Итого за прием пищи:		9,9	10,1	58,3	365,1
Всего за день:		52,18	55,0	218,47	1580,62

Стоимость 210 р