



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
05.02.2026

Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диеты

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	30,0	228,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,6	9,3	16,1	157,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,3	118,0
Итого за прием пищи:		13,1	22,5	62,4	503,9
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	47
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,3	0	0,5	4,1
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,8	6,4	7,9	102,6
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	180/5	16,4	16,3	36,2	357,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,6	0,5	23,3	112,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,3	45,5
Итого за прием пищи:		22,1	23,2	79,2	621,7
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,5	2,8	37,6	196,3
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,3	55,2
Итого за прием пищи:		5,6	2,8	50,9	251,5
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	3,9	0,3	25,3	119,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,9	43,81
Итого за прием пищи:		7,0	5,8	59,2	317,01
Всего за день:		48,2	54,7	261,5	1741,11

Стоимость меню 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
05.02.2026

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая
Диета: без диеты

день 4

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,9	7,4	23,1	179,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,3	11,7	111,2
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,6	3,7	14,9	108,6
Итого за прием пищи:		10,3	17,4	49,7	398,8
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2	0	0,4	3,3
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,1	3,2	4,5	53,9
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	150/11	13,9	21,0	29,7	362,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,2	28,5
Итого за прием пищи:		17,2	24,5	54,5	509,7
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,4	2,7	36,4	193,4
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,4	43,6
Итого за прием пищи:		5,5	2,7	46,8	237,0
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,7	5,6	19,6	139,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,9	44,01
Итого за прием пищи:		5,9	5,8	50,6	278,61
Всего за день:		39,3	50,8	210,2	1465,51

Стоимость меню 210 руб.