



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
05.03.2026

Заведующий
В. В. Коротких



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
05.03.2026

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	228,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,4	9,2	15,0	151,9
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,3	117,8
Итого за прием пищи:		12,9	22,4	61,2	498,0
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	85	0,3	0,3	7,4	35,5
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,4	35,5
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2	0	0,5	3,8
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,7	5,8	7,7	94,7
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	180/5	14,8	14,8	36,2	337,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,8	0,5	24,5	118,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,4	45,9
Итого за прием пищи:		20,5	21,1	80,3	600,2
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,3	2,8	37,5	195,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,3	55,1
Итого за прием пищи:		5,4	2,8	50,8	250,6
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,1	0,3	27,1	127,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,89	43,94
Итого за прием пищи:		7,2	5,8	60,99	325,34
Всего за день:		46,3	52,4	260,69	1709,64

Стоимость меню 210 руб

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	7,4	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	75	0,3	0,3	7,4	35,3
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,4	35,3
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	54,0
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	509,8
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,4	2,7	36,4	193,4
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,3	43,5
Итого за прием пищи:		5,5	2,7	46,7	236,9
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,7	5,6	19,6	139,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,89	43,94
Итого за прием пищи:		5,9	5,8	50,59	278,44
Всего за день:		39,2	50,7	208,89	1459,24

Стоимость меню 210 руб.