



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

05.06.2023

г.о. Самара

Заведующий

В. В. Коротких

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 6

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность
--------------------	--------------	---------	--------	------------	-------------------------

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,6	8,7	27,8	212,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,3	6,7	14,8	128,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5,0	16,8	131,7
Итого за прием пищи:		12,7	20,4	59,4	472,3

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	100	0,1	0	7,1	29,7
Итого за прием пищи:		0,1	0	7,1	29,7

Обед

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3,0	6,5	57,7
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,4	5,3	16,0	134,8
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	12,0	13,4	3,3	183,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	4,4	3,1	28	157,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,2	97,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,3	28,9
Итого за прием пищи:		25,7	25,2	81,3	659,6

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6,0	5,5	12,6	124,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,0	5,5	22,3	163,0

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,1	7,2	18,8	160,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	0,3	22,9	107,8
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,2	0,1	10,9	45,8
Итого за прием пищи:		8,8	7,6	52,6	313,7
Всего за день:		53,3	58,7	222,7	1638,3

Стоимость 179



МБДОУ "Детский сад №

05.06.2023

г.о. Самара

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

ден

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность
--------------------	--------------	---------	--------	------------	-------------------------

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	6,6	20,9	159,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,1	5,4	13,9	113,5
КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,0	4,3	14,1	111,3
Итого за прием пищи:		10,2	16,3	48,9	384,4

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	100	0	0	6,6	27,0
Итого за прием пищи:		0	0	6,6	27,0

Обед

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,6	2,8	6,1	53,8
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	5,2	4,0	15,0	117,9
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	10,7	11,9	2,6	160,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	4,4	3,1	28,1	159,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	91,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,6	30,1
Итого за прием пищи:		23,9	22,2	78,5	612,7

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6,2	5,7	12,5	127,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,6	34,4
Итого за прием пищи:		6,2	5,7	21,1	161,6

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	160	5,1	7,1	18,7	160,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,2	0,3	20,9	98,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0,1	10,8	44,9
Итого за прием пищи:		8,4	7,5	50,4	303,7
Всего за день:		48,7	51,7	205,5	1489,4

Стоимость 179