

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

05.08.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад 3-5 лет  
Диета: без диет

| Масса порции | белки г | Жиры г | углеводы г | Энергетическая ценность г |
|--------------|---------|--------|------------|---------------------------|
|--------------|---------|--------|------------|---------------------------|

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

05.08.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа  
Диета: без диет

| Наименование блюда | масса порции | белки г | Жиры г | углеводы г | Энергетическая ценность г |
|--------------------|--------------|---------|--------|------------|---------------------------|
|--------------------|--------------|---------|--------|------------|---------------------------|

Завтрак

|                                            |        |      |       |        |        |                                            |       |      |       |        |         |
|--------------------------------------------|--------|------|-------|--------|--------|--------------------------------------------|-------|------|-------|--------|---------|
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ<br>КОНСЕРВИРОВАННЫЙ        | 22     | 0,7  | 0     | 1,4    | 8,3    | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ<br>КОНСЕРВИРОВАННЫЙ        | 20    | 0,6  | 0     | 1,3    | 8       |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                          | 85/4   | 6,7  | 13,3  | 1,5    | 152,9  | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                          | 85/4  | 6,4  | 12,7  | 1,5    | 146,9   |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                        | 30/7   | 2,6  | 6,7   | 16,8   | 138,2  | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                        | 30/7  | 1,8  | 6,4   | 11,7   | 111,6   |
| КАКАО С МОЛОКОМ                            | 200/10 | 4,6  | 4,8   | 16,3   | 126,8  | КАКАО С МОЛОКОМ                            | 180/9 | 4,2  | 4,2   | 14,8   | 115,6   |
| Итого за прием пищи:                       |        | 14,6 | 24,8  | 36,0   | 426,2  | Итого за прием пищи:                       |       | 13,0 | 23,3  | 29,3   | 382,1   |
| II Завтрак                                 |        |      |       |        |        | II Завтрак                                 |       |      |       |        |         |
| МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ                           | 100    | 2,9  | 3,3   | 4,8    | 61,1   | МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ                           | 100   | 2,8  | 3,1   | 4,6    | 58,2    |
| Итого за прием пищи:                       |        | 2,9  | 3,3   | 4,8    | 61,1   | Итого за прием пищи:                       |       | 2,8  | 3,1   | 4,6    | 58,2    |
| Обед                                       |        |      |       |        |        | Обед                                       |       |      |       |        |         |
| ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ<br>БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ | 200/12 | 2,0  | 5,2   | 10,1   | 101,9  | ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ<br>БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ | 130/6 | 1,5  | 3,5   | 7,3    | 68,1    |
| ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ                        | 70/5   | 13,7 | 15,7  | 9,5    | 232,3  | ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ                        | 70    | 11,7 | 13,5  | 9,6    | 204,8   |
| КАША ПЕРЛОВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ               | 100/4  | 3    | 3,47  | 21,25  | 127,82 | КАША ПЕРЛОВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ               | 100/4 | 3    | 3,47  | 21,25  | 127,82  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                       | 50     | 3,7  | 0,5   | 24     | 115,3  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                       | 25    | 1,7  | 0,2   | 10,8   | 51,8    |
| ЧАЙ С САХАРОМ                              | 180/9  | 0,1  | 0     | 8,9    | 36,3   | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 180/9 | 0,1  | 0     | 9,1    | 37,1    |
| Итого за прием пищи:                       |        | 22,5 | 24,87 | 73,75  | 613,62 | Итого за прием пищи:                       |       | 18,0 | 20,67 | 58,05  | 489,62  |
| Полдник                                    |        |      |       |        |        | Полдник                                    |       |      |       |        |         |
| ПЕЧЕНЬЕ                                    | 33     | 2,6  | 3,4   | 26     | 146    | ПЕЧЕНЬЕ                                    | 30    | 2,3  | 2,9   | 22,3   | 125,1   |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                      | 200/11 | 0    | 0     | 10,6   | 42,5   | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                      | 200   | 0    | 0     | 9,7    | 38,7    |
| Итого за прием пищи:                       |        | 2,6  | 3,4   | 36,6   | 188,5  | Итого за прием пищи:                       |       | 2,3  | 2,9   | 32,0   | 163,8   |
| Ужин                                       |        |      |       |        |        | Ужин                                       |       |      |       |        |         |
| ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ                             | 100    | 9,5  | 6,2   | 17,0   | 161,4  | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ                             | 115   | 8,1  | 6,5   | 14,3   | 147,7   |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №348                         | 50     | 0,4  | 1,7   | 3,5    | 31,8   | СОУС ТОМАТНЫЙ №348                         | 30    | 0,3  | 4,4   | 2,7    | 50,9    |
| ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с                       | 43     | 3,3  | 0,3   | 21,6   | 102    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с. 0,60кг                 | 25    | 1,9  | 0,2   | 12,7   | 60,1    |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА             | 200/12 | 0,6  | 0,2   | 19,5   | 92,9   | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА             | 180   | 0,5  | 0,2   | 15,4   | 73,8    |
| Итого за прием пищи:                       |        | 13,8 | 8,4   | 61,6   | 388,1  | Итого за прием пищи:                       |       | 10,8 | 11,3  | 45,1   | 332,5   |
| Всего за день:                             |        | 56,4 | 64,77 | 212,75 | 1677,5 | Всего за день:                             |       | 46,9 | 61,27 | 169,05 | 1426,22 |

Стоимость 210 руб

Стоимость 210 руб