



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
06.03.2025

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	30,1	228,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,7	3,9	16,1	116,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	3,2	9,5	20,3	179,2
Итого за прием пищи:		13,5	22,6	66,5	523,7
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					
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,8	6,2	7,8	101,5
ПЛОВ	160	14,4	15,4	27,8	307,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,4	0,6	27,9	134
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,3	45,5
Итого за прием пищи:		20,6	22,2	74,8	588,8
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,1	2,7	36,3	191,2
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,1	54,3
Итого за прием пищи:		5,2	2,7	49,4	245,5
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	2,9	5,4	21,6	147,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,7	0,4	31,2	147,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,14	0	10,89	44,12
Итого за прием пищи:		7,74	5,8	63,69	339,02
Всего за день:		47,44	53,7	262,99	1738,42

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
06.03.2025

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	150/5	5,0	7,8	22,9	182,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	4,0	16,8	119,7
Итого за прием пищи:		10,6	18,4	51,3	414,3
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					
ЩИ НАМ МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,3	4,2	4,9	65,4
ПЛОВ	155	14,2	15,8	26,2	304,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	6,9	27,6
Итого за прием пищи:		17,5	20,3	50,7	458,9
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	6,4	3,3	36,3	198,7
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,1	41,7
Итого за прием пищи:		6,5	3,3	46,4	240,4
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,5	6,0	19,0	141,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,14	0	11,39	45,92
Итого за прием пищи:		5,74	6,2	50,49	281,72
Всего за день:		40,74	48,6	207,49	1436,72

Стоимость 179 руб