



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
07.03.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких
Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет
день 5



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
07.03.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких
Категория: первая младшая

Диета: без диет
день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г	Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод г	энергетическая ценность г
Завтрак						Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130/3	15,0	10,4	21,3	241,2	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120/3	14,3	9,9	19,6	226,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,5	6,7	53,5	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	1,8	6,1	43,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	3,5	9,6	22,0	188,2	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,8	3,9	15,3	112,9	КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	4,1	4,4	14,6	116,2
Итого за прием пищи:		23,2	26,4	65,3	595,8	Итого за прием пищи:		21,0	22,7	51,9	498,7
II Завтрак						II Завтрак					
РЯЖЕНКА	145	4,4	3,6	6,1	78,5	РЯЖЕНКА	145	4,4	3,6	6,1	78,7
Итого за прием пищи:		4,4	3,6	6,1	78,5	Итого за прием пищи:		4,4	3,6	6,1	78,7
Обед						Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,7	7,8	16,5	153,8	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100/4	1,4	3,4	8,5	71,3
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	12,5	11,9	10,0	196,2	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	10,0	9,3	10,0	162,6
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	2,9	5,0	13,0	110,3	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,3	4,3	9,9	89,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	45	4,7	0,6	30	144,2	ХЛЕБ ржано-пшеничный	36	2,4	0,3	15,1	72,8
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/10	0,1	0	10,0	41,7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150/9	0,1	0	8,6	36,3
Итого за прием пищи:		22,9	25,3	79,5	646,2	Итого за прием пищи:		16,2	17,3	52,1	432,1
Полдник						Полдник					
ПРЯНИКИ	36	2,2	1,7	27,7	135	ПРЯНИКИ	37	2,2	1,7	27,9	135,9
Итого за прием пищи:		2,2	1,7	27,7	135	Итого за прием пищи:		2,2	1,7	27,9	135,9
Ужин						Ужин					
КАША "ДРУЖБА"	200/5	6,2	9,1	26,7	213,4	КАША "ДРУЖБА"	170/4	5,2	7,7	23,2	183,7
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	5,1	0,4	33,6	158,4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	0,3	22,9	108,3
ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,15	0	10,01	40,55	ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,15	0	10,01	40,55
Итого за прием пищи:		11,45	9,5	70,31	412,35	Итого за прием пищи:		8,85	8,0	56,11	332,55
Всего за день:		64,15	66,5	248,91	1867,85	Всего за день:		52,65	53,3	194,1	1477,95