



МБДОУ "Детский сад № 253" а.о. Самара

07.04.2026 г.

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без ди. день 7

Наименование блюда	Масса порции	белк и г	Жиры г	углево ды г	Энергет ическая ценност ь г
Завтрак					
КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	5,5	8,5	20,2	180,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,5	9,2	15,8	156,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	4,2	4,4	19,1	133,1
Итого за прием пищи:		12,2	22,1	55,1	469,5
II Завтрак					
МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	100	4,3	4,7	6,9	87,3
Итого за прием пищи:		4,3	4,7	6,9	87,3
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	60/3	0,8	3,5	4,0	50,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	5,7	15,6	128,0
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	80/2	11,7	10,8	6,2	168,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130/4	4,8	4,1	29,3	173,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4	0,5	25,8	124,3
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180/9	0,7	0	15,3	65,3
Итого за прием пищи:		24,6	24,6	96,2	710,9
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,6	3,4	35,7	184,7
Ужин					
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60/3	1,0	3,0	5,6	53,9
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80/3	8,6	5,3	2,7	94,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	43	3,2	0,3	21	99,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		12,9	8,6	39,6	290,8
Всего за день:		56,6	63,4	233,5	1743,2

Стоимость 210 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" а.о. Самара

07.04.2026 г.

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углев оды г	энергет ическая ценност ь г
Завтрак					
КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	155/5	5,6	8,5	20,2	180,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	1,9	4,9	12,5	102,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	4,2	4,4	18,6	130,9
Итого за прием пищи:		11,7	17,8	51,3	413,7
II Завтрак					
МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	100	3,7	4,1	5,9	75,7
Итого за прием пищи:		3,7	4,1	5,9	75,7
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	40/2	0,5	2,4	2,7	35,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	150/3/9	1,9	4,2	11,3	92,8
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	60/2	8,9	8,6	4,8	131,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100/3	3,7	3,1	22,7	134,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150/7	0,6	0	13,1	55,3
Итого за прием пищи:		17,6	18,6	67,3	510,0
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,3	24,8	139
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,5	3,3	34,5	177,7
Ужин					
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40/2	0,7	1,7	3,6	32,5
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60/2	7,5	4,3	2,0	77,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	3,3	0,3	21,9	103,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	180/9	0,1	0	9,3	39,3
Итого за прием пищи:		11,6	6,3	36,8	253,0
Всего за день:		47,1	50,1	195,8	1430,1

Стоимость 210 руб.