



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
07.11.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без диеты

день
10

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/3/3	15,7	10,8	28,0	274,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	3,1	9,5	19,9	177,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	4,1	4,1	16,4	120,4
Итого за прием пищи:		22,9	24,4	64,3	571,7

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	160	4,9	4,2	16,0	126,1
Итого за прием пищи:		4,9	4,2	16,0	126,1

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	40	0,4	0	0,8	5,8
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2/1 3	2,8	7,2	15,2	143,4
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	16,5	16,9	9,5	256,2
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/6	3,5	5,3	20,7	143,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	5,2	0,7	33,1	159,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		28,4	30,1	88,0	743,2

Полдник

ПРЯНИКИ	33	2	1,6	25,4	123,8
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/15	0,1	0	15,3	62,9
Итого за прием пищи:		2,1	1,6	40,7	186,7

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200/6	9,4	10,5	34,4	270,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	5,3	0,5	35,4	166,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,14	0	10,99	44,3
Итого за прием пищи:		14,84	11,0	80,79	481,6
Всего за день:		73,14	71,3	289,79	2109,3

Стоимость 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
07.11.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диеты

день
10

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

Зав

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/3/3	13,4	9,4	25,9	243,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,9	14,7	129,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	4,1	4,1	16,3	119,7
Итого за прием пищи:		19,7	20,4	56,9	492,8

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	100/6	3	2,6	10,5	80,8
Итого за прием пищи:		3	2,6	10,5	80,8

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/4/6	2,1	4,9	11,1	100,2
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8,1	9,2	9,2	153,3
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	3,4	4,8	20,2	137,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8	0	0	8	31,6
Итого за прием пищи:		15,8	19,2	61,7	487,5

Полдник

ПРЯНИКИ	33	2	1,6	25,2	123,1
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/15	0,1	0	15,5	64,2
Итого за прием пищи:		2,1	1,6	40,7	187,3

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	155/5	6,7	7,9	26,1	202,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,14	0	10,89	43,9
Итого за прием пищи:		9,84	8,1	56,49	338,4
Всего за день:		50,44	51,9	226,29	1586,8

Стоимость 210 руб