



Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
08.05.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая
младшая группа

Диета: без диет

день 9

Диета: без диеты					день 9						
Наименование блюда	Масса порции		Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г	Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак											

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/3/3	16,6	11,4	29,6	289,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,8	9,3	17,6	165,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	4,9	5,0	17,7	136,1
Итого за прием пищи:		24,3	25,7	64,9	590,5

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	130/6	3,8	3,3	13,0	100,5
Итого за прием пищи:		3,8	3,3	13,0	100,5

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	34	0,3	0	0,6	4,5
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2/13	2,9	6,8	15,6	140,2
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	12,3	13,2	9,4	206,2
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/6	3,5	5,2	20,7	143,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,1	0,5	25,9	124,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,6	34,5
Итого за прием пищи:		23,1	25,7	80,8	653,8

Полдник

ПРЯНИКИ	36	2,1	1,7	27,3	133
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/15	0,1	0	15,2	62,5
Итого за прием пищи:		2,2	1,7	42,5	195,5

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200/6	9,4	10,5	34,5	270,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	5,4	0,5	35,8	168,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,83	43,77
Итого за прием пищи:		14,91	11,0	81,13	483,37
Всего за день:		68,31	67,4	282,33	2023,67

Стоимость 210 руб

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/3/3	15,1	10,2	26,4	259,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,8	14,7	128,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	4,2	4,4	16,5	123,1
Итого за прием пищи:		21,5	21,4	57,6	511,3

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	100/6	3	2,6	9,9	78,0
Итого за прием пищи:		3	2,6	9,9	78,0

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/4/6	2,3	5,6	11,9	110,1
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8,1	9,8	9,5	159,0
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	3,4	4,4	20	133,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9	35,9
Итого за прием пищи:		16,0	20,1	63,6	503,4

Полдник

ПРЯНИКИ	36	2,1	1,7	27,3	133,3
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/15	0,1	0	15,2	62,5
Итого за прием пищи:		2,2	1,7	42,5	195,8

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	155/5	6,7	7,4	25,7	196,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,63	42,77
Итого за прием пищи:		9,81	7,6	55,83	331,57
Всего за день:		52,51	53,4	229,43	1620,07

Стоимость 210 руб