



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

08.07.2025

г.о. Самара

Категория:сад(3до7лет)

Диета:без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 2

Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------	---------	--------	------------	---------------------------



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

08.07.2025

г.о. Самара

Категория:первая младшая группа

Диета:без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 2

Наименование блюда	масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,1	27,7	219,3	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,9	8,9	22,4	194,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,9	6,8	18,9	149	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,5	11,6	112,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	16,3	126,3	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,2	14,6	113,7
Итого за прием пищи:		14,1	20,6	62,9	494,6	Итого за прием пищи:		11,8	19,6	48,6	419,8
II Завтрак						II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	110	3,2	3,6	5,2	66,9	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	110	3,1	3,4	5	64
Итого за прием пищи:		3,2	3,6	5,2	66,9	Итого за прием пищи:		3,1	3,4	5	64
Обед						Обед					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,8	1,8	2,3	28,8	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,9	2,0	2,7	32,3
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200/2/11	2,0	5,1	10,1	99,6	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	130/1/4	1,5	2,5	7,4	59,6
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	16,0	16,7	9,5	250,7	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,9	13,1	9,6	201,5
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,6	27,4	131,8	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	180	0,1	0	9,0	37,3	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	180	0,1	0	9,0	36,9
Итого за прием пищи:		26,2	27,67	79,55	676,02	Итого за прием пищи:		20,0	21,47	66,95	539,72
Полдник						Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,2	24,6	137,8	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,5	3,2	34,3	176,5	Итого за прием пищи:		2,3	2,9	32,0	163,8
Ужин						Ужин					
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	11,0	6,3	17,0	168,2	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	9,6	6,5	14,2	152,4
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,5	1,8	3,4	32,4	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,3	1,6	2,7	26,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	4	0,3	26,4	124,8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80,0	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	15,3	73,4
Итого за прием пищи:		16,0	8,6	63,5	405,4	Итого за прием пищи:		12,3	8,5	44,7	311,6
Всего за день:		62,0	63,67	245,45	1819,42	Всего за день:		49,5	55,87	197,25	1498,92

Стоимость 210 руб

Стоимость 210 руб