



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
08.08.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких
Категория: сад (3 до 7 лет)

день 5

Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/4	17,2	14,5	22,8	292,7
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,2	64,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,9	6,9	18,7	148,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,6	4,7	18,0	132,4
Итого за прием пищи:		25,9	29,5	66,7	637,8
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4
Обед					
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/12	2,2	5,8	13,0	119,7
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	13,8	13,1	9,9	212,2
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125/5	2,9	5,0	12,9	110,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	0,5	25,6	123
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/11	0,1	0	11,0	46,6
Итого за прием пищи:		23,0	24,4	72,4	611,5
Полдник					
ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	35	2,2	1,8	28,1	137
КЕФИР С САХАРОМ	165	4,8	4,1	11,6	107,5
Итого за прием пищи:		7,0	5,9	39,7	244,5
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	5,6	8,6	27,7	210,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,5	0,4	29,8	140,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,1	0	11,8	48,0
Итого за прием пищи:		10,2	9,0	69,3	399,5
Всего за день:		66,5	69,2	256,7	1934,7

Стоимость 210 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
08.08.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких
Категория: первая младшая

день 5

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/4	14,7	13,3	22,4	271,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,1	6,7	60,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,7	11,5	113,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/9	3,7	3,7	15,7	111,8
Итого за прием пищи:		21,3	26,8	56,3	556,3
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4
Обед					
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	130/5	1,4	3,2	8,4	70,7
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8,9	8,5	9,5	150,8
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100/4	2,4	3,6	11,0	88,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/10	0,1	0	10,1	43,5
Итого за прием пищи:		15,4	15,7	56,0	434,6
Полдник					
ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	30	1,8	1,4	22,5	109,8
КЕФИР С САХАРОМ	150	4,4	3,8	10,5	97,6
Итого за прием пищи:		6,2	5,2	33,0	207,4
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	5,0	7,7	24,9	190,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	25	1,9	0,2	12,8	60,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	0,1	0	9,1	36,8
Итого за прием пищи:		7,0	7,9	46,8	287,7
Всего за день:		50,3	56,0	200,7	1527,4

Стоимость 210 руб