

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

09.04.2026

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без диеты

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

09.04.2026

Категория: первая
малая группа

Диета: без диеты

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

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

КАША "ДРУЖБА"	200/6	6,2	9,2	25,9	210,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,7	9,3	17,1	162,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	4,5	4,7	19,7	139,4
Итого за прием пищи:		13,4	23,2	62,7	512,3

II Завтрак

ЯБЛОКИ	130	0,5	0,5	11,5	55,3
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,5	55,3

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	50/2	0,7	2,4	5,0	45,6
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,8	7,8	18,5	159,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	13,6	13,4	19,1	252,0
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,3	0,6	27,4	131,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		21,4	24,2	78,7	623,9

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	8,3	5,0	52,7	289,0
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0,1	13,5	57,1
Итого за прием пищи:		8,4	5,1	66,2	346,1

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,8	2,5	38
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5	2,7	4,4	17,2	118,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	4,6	0,4	29,8	140,6
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,82	43,72
Итого за прием пищи:		8,01	7,6	60,32	341,22
Всего за день:		51,71	60,6	279,42	1878,82

Стоимость 210 руб

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	150/4	4,6	7,8	20,5	171,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,9	11,4	114,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	3,4	3,4	14,7	104,1
Итого за прием пищи:		9,7	18,1	46,6	389,6

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	47,1
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	47,1

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	40/2	0,6	2,4	4,4	43,1
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,1	5,5	13,3	112,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11,6	11,5	16,9	218,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8	0	0	7,3	29
Итого за прием пищи:		16,3	19,7	54,6	464,2

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	6,4	5,4	36,3	219,4
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	170/11	0,1	0	11,7	49,4
Итого за прием пищи:		6,5	5,4	48,0	268,8

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,5	2,2	1,9	29,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155	3,8	3,5	24	142,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,11	0	14,82	59,42
Итого за прием пищи:		7,41	5,9	60,22	323,22
Всего за день:		40,31	49,5	219,22	1492,92

Стоимость 210 руб