

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
09.06.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
09.06.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

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

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

Завтрак

САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	22	0,6	1,1	1,4	17,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	7,1	13,7	1,6	158,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,5	11,6	112,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,2	4,4	17,2	125,1
Итого за прием пищи:		13,7	25,7	31,8	413,0

САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	20	0,6	0,9	1,6	16,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	6,1	12,1	1,5	139,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,7	6,7	11,5	113,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	15,2	109,6
Итого за прием пищи:		12,0	23,4	29,8	379,3

II Завтрак

II Завтрак *

КИСЕЛЬ СМОРОДИНЫ С/М	120	0,1	0	8,2	34,8
Итого за прием пищи:		0,1	0	8,2	34,8

КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С,М	120	0,1	0	9,4	39,5
Итого за прием пищи:		0,1	0	9,4	39,5

Обед

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,7	3,4	2,9	45,2
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,0	5,5	16,3	137,1
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ЦЕ	60	9,1	11,0	2,9	147,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	4,3	4,5	27,4	167,4
ХЛЕБ РЖАНО=ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		22,4	24,8	80,4	638,3

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,9
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	120	3,0	3,6	10,0	85,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ЦЕ	60	6,7	7,3	3,1	106,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	4,3	4,9	27,4	170,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,8	51,9
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,2
Итого за прием пищи:		16,3	18,7	62,4	485,5

Полдник

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	5,6	4,3	16,1	126,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4	0	10,5	43,6
Итого за прием пищи:		6,0	4,3	26,6	170,4

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	4,9	3,9	13,3	107,9
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,0	36,3
Итого за прием пищи:		5,0	3,9	22,3	144,2

Ужин

Ужин

ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	40	0,3	0	0,7	5,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	5,3	22,7	152,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	3,8	0,3	25,1	118,4
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		7,5	5,6	58,8	319,0
Всего за день:		49,7	60,4	205,8	1575,5

ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	24	0,2	0	0,4	3,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,6	5,7	24,9	164,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	25	1,9	0,2	12,8	60,3
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	180	0,1	0	9,4	39,3
Итого за прием пищи:		5,8	5,9	47,5	267,6
Всего за день:		39,2	51,9	171,4	1316,1

Стоимость меню 210 руб

Стоимость меню 210 руб.