



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

09.07.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без диеты

день 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	18,2	13,1	22,2	282,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	3,2	7,0	20,9	160,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,6	4,7	17,9	132,0
Итого за прием пищи:		26,0	24,8	61,0	574,0
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	175	5,7	4,7	8	102,2
Итого за прием пищи:		5,7	4,7	8	102,2
Обед					
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	2,0	1,7	28,6
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2/11	3,9	6,0	21,0	159,6
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ЦБ	50	15,2	16,5	4,8	227,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,9	0,7	31,3	150,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		30,4	30,0	99,8	796,3
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,6	40,5	228,5
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		6,4	4,6	50,7	271,2
Ужин					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200/5	6,1	9,5	22,1	198,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,6	0,4	30	141,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,2
Итого за прием пищи:		10,8	9,9	62,0	380,3
Всего за день:		79,3	74,0	281,5	2124,0

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

09.07.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диеты

день 3

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	18,9	13,3	22,3	286,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,5	11,6	112,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/9	3,6	3,7	15,2	109,5
Итого за прием пищи:		24,3	23,5	49,1	508,4
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	125	3,750	1,250	5,2500	50,000
Итого за прием пищи:		3,750	1,250	5,2500	50,000
Обед					
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	2,0	1,8	28,7
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	130/1/4	2,6	2,9	13,4	91,9
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ЦБ	50	7,8	8,9	4,9	131,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,8	0,5	24	114,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	61
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		16,8	14,5	63,4	452,6
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	6,2	4,6	37,4	214,1
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		6,3	4,6	47,6	256,8
Ужин					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6	9,5	21,5	195,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	69,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	8,9	36,3
Итого за прием пищи:		8,0	9,7	42,9	290,7
Всего за день:		59,150	53,550	208,2500	1558,500

Стоимость 210 р