

МБДОУ "Детский сад № 253" а.о. Самара

09.10.2025г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" а.о.

Самара

09.10.2025г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

младшая группа

Диета: без диет

день 9

| Диаета: без диет                               |              |  |        |             |                             | Диаета: без диет   |                                                |         |        |             |                             |         |
|------------------------------------------------|--------------|--|--------|-------------|-----------------------------|--------------------|------------------------------------------------|---------|--------|-------------|-----------------------------|---------|
| Наименование блюда                             | Масса порции |  | Жиры г | углевод ы г | Энергет ическая ценност ь г | Наименование блюда | масса порци и                                  | белки г | жиры г | углевод ы г | энергет ическая ценност ь г |         |
| Завтрак                                        |              |  |        |             |                             | Завтрак            |                                                |         |        |             |                             |         |
| КАША "ДРУЖБА"                                  | 200/5        |  | 5,9    | 8,8         | 25,3                        | 203,6              | КАША "ДРУЖБА"                                  | 150/4   | 5,3    | 8,1         | 24,3                        | 191,9   |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                            | 40/10/30     |  | 2,4    | 9,2         | 15,2                        | 153,1              | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                            | 30/7    | 1,8    | 6,2         | 11,8                        | 110,3   |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                     | 200/12       |  | 3,6    | 3,7         | 18,1                        | 121,2              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                     | 160     | 2,4    | 2,5         | 11,9                        | 79,8    |
| Итого за прием пищи:                           |              |  | 11,9   | 21,7        | 58,6                        | 477,9              | Итого за прием пищи:                           |         | 9,5    | 16,8        | 48,0                        | 382,0   |
| II Завтрак                                     |              |  |        |             |                             | II Завтрак         |                                                |         |        |             |                             |         |
| ЯБЛОКИ                                         | 88           |  | 0,3    | 0,3         | 7,6                         | 36,7               | ЯБЛОКИ                                         | 85      | 0,3    | 0,3         | 7,3                         | 35,2    |
| Итого за прием пищи:                           |              |  | 0,3    | 0,3         | 7,6                         | 36,7               | Итого за прием пищи:                           |         | 0,3    | 0,3         | 7,3                         | 35,2    |
| Обед                                           |              |  |        |             |                             | Обед               |                                                |         |        |             |                             |         |
| ИКРА МОРКОВНАЯ                                 | 40/2         |  | 0,6    | 1,9         | 4,2                         | 37,3               | ИКРА МОРКОВНАЯ                                 | 40/2    | 0,7    | 1,6         | 4,2                         | 35,4    |
| РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 200/8        |  | 2,7    | 7,0         | 18,3                        | 150,9              | РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 150/5   | 2,1    | 4,8         | 13,4                        | 106,9   |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                            | 170          |  | 13,2   | 13,0        | 19,1                        | 246,9              | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                            | 150     | 10,9   | 10,6        | 16,9                        | 207,4   |
| ХЛЕБ ржано-пшеничный                           | 45           |  | 3      | 0,4         | 19,1                        | 92                 | ХЛЕБ ржано-пшеничный                           | 30      | 2      | 0,3         | 12,7                        | 61,2    |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 180/10       |  | 0      | 0           | 8,7                         | 34,8               | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 150/8   | 0      | 0           | 8,1                         | 32,2    |
| Итого за прием пищи:                           |              |  | 19,5   | 22,3        | 69,4                        | 561,9              | Итого за прием пищи:                           |         | 15,7   | 17,3        | 55,3                        | 443,1   |
| Полдник                                        |              |  |        |             |                             | Полдник            |                                                |         |        |             |                             |         |
| КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ                              | 70           |  | 6,3    | 4,7         | 40,5                        | 228,4              | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ                              | 50      | 6,0    | 4,1         | 37,2                        | 207,2   |
| Итого за прием пищи:                           |              |  | 6,3    | 4,7         | 40,5                        | 228,4              | Итого за прием пищи:                           |         | 6,0    | 4,1         | 37,2                        | 207,2   |
| Ужин                                           |              |  |        |             |                             | Ужин               |                                                |         |        |             |                             |         |
| СОУС ТОМАТНЫЙ ОВОЩНОЙ                          | 30           |  | 0,3    | 1,2         | 1,9                         | 19,9               | СОУС ТОМАТНЫЙ ОВОЩНОЙ                          | 20      | 0,2    | 0,7         | 1,9                         | 14,3    |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ           | 200/5        |  | 2,7    | 4,3         | 17,1                        | 118,3              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ           | 155/4   | 3,8    | 3,8         | 24                          | 145,1   |
| ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с                           | 41           |  | 3,1    | 0,3         | 20,1                        | 95                 | ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с                           | 40      | 3      | 0,2         | 19,5                        | 91,9    |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 190/11       |  | 0,1    | 0           | 10,9                        | 43,78              | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 185/15  | 0,1    | 0           | 14,8                        | 59,28   |
| Итого за прием пищи:                           |              |  | 6,2    | 5,8         | 50,0                        | 276,98             | Итого за прием пищи:                           |         | 7,1    | 4,7         | 60,2                        | 310,58  |
| Всего за день:                                 |              |  | 44,2   | 54,8        | 226,1                       | 1581,88            | Всего за день:                                 |         | 38,6   | 43,2        | 208,0                       | 1378,08 |

Стоимость 210 руб

Стоимость 210 руб