



МБОУ "Детский сад № 253" г.о.
10.12.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Коротких
Категория: старшая группа
Диета: без диеты

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/14	15,5	11,9	21,5	256,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,6	9,3	16,1	157,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,8	131,5
Итого за прием пищи:		22,6	25,9	55,4	544,9
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/5	3,6	3,1	11	90,4
Итого за прием пищи:		3,6	3,1	11	90,4
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/7/3	2,3	4,7	17,1	123,8
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50/1	11,8	12,1	4,8	175,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,7	4,8	34,8	205,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,3	0,4	21,4	103,1
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,9	43,98
Итого за прием пищи:		23,8	24,3	92,2	688,38
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,8	40,5	229,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,3	4,8	50,2	268,1
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,4	20,9	192,0
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	3,5	0,3	23	108,5
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,3	47,1
Итого за прием пищи:		9,5	9,7	55,2	347,6
Всего за день:		65,8	67,8	264,0	1939,38

Стоимость 210 р



МБОУ "Детский сад № 253" г.о.
10.12.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Коротких
Категория: первая младшая группа
Диета: без диеты

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	18,7	13,4	22,6	288,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	17,9	132,2
Итого за прием пищи:		25,1	24,3	52,3	531,0
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/5	3,33	0,11	4,44	34,45
Итого за прием пищи:		3,33	0,11	4,44	34,45
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,4	2,8	35,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7/2	1,7	3,0	12,8	87,7
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	11,8	11,9	4,6	172,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	3,0	14,9	96,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,1	0	10,7	43,08
Итого за прием пищи:		18,5	20,6	58,5	496,48
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,0	4,1	37,2	207,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,0	4,1	46,9	245,9
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,2	9,5	22,3	199,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,1	46,1
Итого за прием пищи:		10,0	9,8	57,7	360,7
Всего за день:		62,93	58,91	219,84	1668,53

Стоимость 210 р