



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
11.03.2026
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-6 лет)
Диета: без диет



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
11.03.2026
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая
Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетич еская ценность г
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	10,5	7,3	18,3	183,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	40	1,1	4,5	4,1	61,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	2,4	9,2	15,1	152,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	4,0	16,3	117,9
Итого за прием пищи:		17,9	25,0	53,8	514,8
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	96	2,9	2,4	4	51,9
Итого за прием пищи:		2,9	2,4	4	51,9
Обед					
САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	25	1,4	1,9	3,8	37,6
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,3	5,3	11,8	108,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	200/4	15,3	14,4	29,3	307,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,9	0,5	24,7	118,7
ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,09	0	10,87	43,76
Итого за прием пищи:		22,99	22,1	80,47	616,26
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	5,38	3,54	50,32	253,35
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	17,9	76,4
Итого за прием пищи:		6,28	3,74	68,22	329,75
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/5	5,9	8,7	19,9	181,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	3,9	0,3	25,4	120,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/11	0	0	10,7	42,7
Итого за прием пищи:		9,8	9,0	56,0	344,7
Всего за день:		59,87	62,24	262,49	1857,41

Стоимость 210руб

Наименование блюда	масса порци и	бе лк и г	жиры г	углевод ы г	энерге тическ ая ценно сть
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	9,7	7,1	17,9	176,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,8	3,5	3,2	48,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/7	1,8	6,4	11,7	111,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	14,9	107,9
Итого за прием пищи:		15,9	20,7	47,7	443,3
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	90	2,7	2,3	3,8	48,6
Итого за прием пищи:		2,7	2,3	3,8	48,6
Обед					
САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	20	1,1	1,9	2,8	33,1
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,8	4,8	8,5	87,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	180/4	13,7	13,0	26,6	276,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,09	0	11,07	44,66
Итого за прием пищи:		18,69	20,0	61,67	502,46
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	5,38	3,52	47,03	241,24
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Итого за прием пищи:		6,28	3,72	64,73	316,34
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150/3	4,5	6,5	15,2	138,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/9	0	0	8,4	33,9
Итого за прием пищи:		8,2	6,8	47,9	286,8
Всего за день:		51,77	53,52	225,80	1597,50

Стоимость 210 руб