



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

11.07.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 5



МБДОУ "Детский сад №

11.07.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140	19,9	15,7	23,1	316,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,3	65,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,8	6,8	18,2	145,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	17,3	129,2
Итого за прием пищи:		28,3	30,6	65,9	656,3

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	10,8	51,7
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	10,8	51,7

Обед

САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	25/1	1,4	1,4	3,8	33,1
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/11	2,2	5,8	13,0	118,3
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	13,6	12,9	9,9	210,7
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	2,9	5,0	13,0	111,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	0,5	25,4	122,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/10	0,1	0	10,0	42,2
Итого за прием пищи:		24,2	25,6	75,1	637,9

Полдник

ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	30	2,2	1,7	27,5	134,2
РЯЖЕНКА	200	7,6	6,3	10,6	136,6
Итого за прием пищи:		9,8	8,0	38,1	270,8

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	5,9	6,3	19,9	160,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,4	0,4	28,9	136,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		10,4	6,7	58,8	337,0
Всего за день:		73,1	71,3	248,7	1953,7

Стоимость 210 руб.

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	145	19,4	16,3	23,2	320,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	3,6	7,9	69,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,2	11,8	110,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3,7	14,6	106,9
Итого за прием пищи:		26,0	29,8	57,5	607,1

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,5	45,5
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,5	45,5

Обед

САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	20/1	1,1	1,2	3,0	27,2
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	130/5	1,3	3,0	8,2	69,2
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	9,2	9,1	10,1	158,9
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,2	4,4	10,1	90,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,7	0,2	10,8	52,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/9	0,1	0	8,9	37,9
Итого за прием пищи:		15,6	17,9	51,1	436,0

Полдник

ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	30	1,8	1,4	22,5	109,8
РЯЖЕНКА	160	4,8	4	6,7	86,4
Итого за прием пищи:		6,6	5,4	29,2	196,2

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	190	5,6	6,2	18,3	151,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	26	1,9	0,2	12,8	60,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	0,1	0	8,9	36,0
Итого за прием пищи:		7,6	6,4	40,0	248,3
Всего за день:		56,2	59,9	187,3	1533,1

Стоимость 210 руб