



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
12.03.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая
младшая группа
Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность в г
--------------------	--------------	--------	------------	-----------------------------

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	200/6	5,9	8,9	25,4	204,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,6	9,3	16,5	159,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,6	3,7	18,1	121,5
Итого за прием пищи:		12,1	21,9	60,0	485,6

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	125	0,6	0,1	12,7	54
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	12,7	54

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	50/2	0,7	2,4	5,1	45,5
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,8	7,8	18,4	159,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	14,2	13,9	19,1	259,0
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,2	0,6	26,8	129,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		21,9	24,7	78,1	627,6

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,7	40,5	229,2
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,3	55,5
Итого за прием пищи:		6,4	4,7	53,8	284,7

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,4	36,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5	2,7	4,4	17,2	118,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	4,4	0,4	28,9	136,2
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,91	44,08
Итого за прием пищи:		7,81	7,5	59,41	335,88
Всего за день:		48,81	58,9	264,01	1787,78

Стоимость 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
12.03.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая
младшая группа
Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтра к

КАША "ДРУЖБА"	150/4	4,6	7,4	20,3	166,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,4	2,5	12,5	82,2
Итого за прием пищи:		8,8	16,1	44,6	358,9

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,6	0,1	10,8	45,9
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	10,8	45,9

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	40/2	0,7	2,1	4,5	41,2
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,1	5,1	13,6	110,1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11,6	11,1	17,0	215,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8	0	0	7,6	30,1
Итого за прием пищи:		16,4	18,6	55,4	458,2

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	6,4	4,9	37,4	218,4
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	170/11	0,1	0	11,4	47,5
Итого за прием пищи:		6,5	4,9	48,8	265,9

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,5	2,3	2	30,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155	3,8	4,1	24,3	148,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,11	0	15,21	61,48
Итого за прием пищи:		7,41	6,6	61,01	332,38
Всего за день:		39,71	46,3	220,61	1461,28

Стоимость 210 руб