



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
12.11.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-6 лет)

Диета: без диеты

день 3

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/14	15,1	11,5	20,9	250,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,3	9,1	14,3	148,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,7	131,0
Итого за прием пищи:		21,9	25,3	52,9	529,5

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	100/5	3,4	2,9	10,6	85,5
Итого за прием пищи:		3,4	2,9	10,6	85,5

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/7/3	2,2	4,6	17,0	121,5
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50/1	10,9	11,1	4,8	163,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,6	4,7	35,9	208,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,6	0,5	23,2	111,7
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,79	43,54
Итого за прием пищи:		23,0	23,2	94,89	684,64

Полдник

ПРЯНИКИ	36	2,2	1,7	27,6	134,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,2	1,7	37,3	173,3

Ужин

КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,4	20,9	191,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	30	3	0,3	19,8	93,2
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,2	46,7
Итого за прием пищи:		9,0	9,7	51,9	331,5
Всего за день:		59,5	62,8	247,59	1804,44

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
12.11.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диеты

день 3

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	12,4	10,0	20,5	224,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	131,3
Итого за прием пищи:		18,7	21,3	49,8	468,0

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	2,8	32,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7/2	1,7	3,5	12,7	91,8
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	7,7	7,6	4,9	119,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	3,1	15,6	100,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,1	0	10,59	42,54
Итого за прием пищи:		14,4	16,5	59,29	447,64

Полдник

ПРЯНИКИ	36	2,1	1,7	27,3	133,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,1	1,7	37,0	172,0

Ужин

КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,5	22,0	198,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,0	45,6
Итого за прием пищи:		9,9	9,8	57,3	358,6
Всего за день:		48,43	49,41	207,83	1480,69

Стоимость 210 р