

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

13.03.2026

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

Самара

13.03.2026

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая
младшая группа

Диета: без диет

день 9

Наименование блюд	Масса порции	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г	Наименование блюд	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценност ь г
-------------------	--------------	--------	------------	---------------------------	-------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак						ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ						120/3/3	11,5	8,8	25,2	226,6					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ						120/3/3	14,3	9,9	26,2	254,1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ						30/7	2,2	7,1	14,7	131,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ						40/10	2,9	9,4	18,3	168,9	КАКАО С МОЛОКОМ						200/11	4,6	4,8	17,6	132,1
КАКАО С МОЛОКОМ						200/11	4,6	4,8	17,3	130,9	Итого за прием пищи:						18,3	20,7	57,5	490,2	
Итого за прием пищи:						21,8	24,1	61,8	553,9	II Завтрак											
II Завтрак						КЕФИР С САХАРОМ										100/6	2,9	2,5	10,2	77,9	
КЕФИР С САХАРОМ						130/6	4	3,4	13,2	103,9	Итого за прием пищи:						2,9	2,5	10,2	77,9	
Итого за прием пищи:						4	3,4	13,2	103,9	Обед											
Обед						ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ										36	0,3	0	0,6	4,7	
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ						36	0,3	0	0,6	4,7	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ						200/2/13	2,9	6,9	15,6	141,6
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ						200/2/13	2,9	6,9	15,6	141,6	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР						60	12,0	13,0	9,4	201,6
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР						60	12,0	13,0	9,4	201,6	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ						150/6	3,5	5,3	20,7	144,1
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ						150/6	3,5	5,3	20,7	144,1	ХЛЕБ ржано-пшеничный						50	4,7	0,6	30,3	145,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный						50	4,7	0,6	30,3	145,7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ						200	0,1	0	10,0	42,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ						200	0,1	0	10,0	42,1	Итого за прием пищи:						23,5	25,8	86,6	679,8	
Итого за прием пищи:						23,5	25,8	86,6	679,8	Полдник											
Полдник						ПРЯНИКИ										38	2,3	1,8	28,6	139,7	
ПРЯНИКИ						38	2,3	1,8	28,6	139,7	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М						200/15	0,1	0	15,2	62,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М						200/15	0,1	0	15,2	62,5	Итого за прием пищи:						2,4	1,8	43,8	202,2	
Итого за прием пищи:						2,4	1,8	43,8	202,2	Ужин											
Ужин						КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ										200/6	9,4	10,4	34,3	270,0	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ						200/6	9,4	10,4	34,3	270,0	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ						55	4,9	0,4	32,5	153,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ						55	4,9	0,4	32,5	153,6	ЧАЙ С САХАРОМ						190/11	0,12	0	10,94	44,24
ЧАЙ С САХАРОМ						190/11	0,12	0	10,94	44,24	Итого за прием пищи:						14,42	10,8	77,74	467,84	
Итого за прием пищи:						14,42	10,8	77,74	467,84	Всего за день:						66,12	65,9	283,14	2007,64		
Всего за день:						66,12	65,9	283,14	2007,64	Ужин											
Ужин						КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ										155/5	6,6	7,4	25,3	195,4	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ						155/5	6,6	7,4	25,3	195,4	ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с						40	3	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с						40	3	0,2	19,5	91,9	ЧАЙ С САХАРОМ						190/11	0,12	0	11,14	45,04
ЧАЙ С САХАРОМ						190/11	0,12	0	11,14	45,04	Итого за прием пищи:						9,72	7,6	55,94	332,34	
Итого за прием пищи:						9,72	7,6	55,94	332,34	Всего за день:						49,32	52,2	231,54	1604,24		
Всего за день:						49,32	52,2	231,54	1604,24												

Стоимость 210 руб

Стоимость 210 руб