



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
13.11.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность в г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	6,6	9,2	29,9	227,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,4	9,2	15,4	153,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,3	118,6
Итого за прием пищи:		12,9	22,4	61,6	500,3
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	33	0,3	0	0,6	4,4
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,8	6,0	7,8	97,0
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	180/5	17,5	17,2	36,2	369,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,9	0,5	25	120,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,4	45,7
Итого за прием пищи:		23,5	23,7	81,0	637,2
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,2	2,8	42,3	219,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,2	55,1
Итого за прием пищи:		6,3	2,8	55,5	274,6
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,1	0,3	27,3	128,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,11	0	10,92	44,01
Итого за прием пищи:		7,21	5,8	61,22	326,21
Всего за день:		50,31	55,1	267,92	1779,71

Стоимость 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
13.11.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая
Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	5,0	7,2	22,9	176,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,6	3,7	14,9	108,8
Итого за прием пищи:		10,4	17,5	49,4	398,3
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2	0	0,4	3,3
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,1	3,7	4,8	58,0
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	150/11	13,6	20,5	30,0	359,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,6	30,4
Итого за прием пищи:		16,9	24,5	55,5	512,6
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,6	3,0	36,2	194,1
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		5,7	3,0	46,5	237,0
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,6	5,4	19,5	137,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,11	0	10,62	42,71
Итого за прием пищи:		5,81	5,6	50,22	274,81
Всего за день:		39,21	51,0	210,22	1464,11

Стоимость 210 руб