



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
14.05.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность к. к. Дж
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	7	9,5	30,5	234,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,4	9,2	14,8	150,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	4,8	5,0	17,8	135,2
Итого за прием пищи:		14,2	23,7	63,1	520,6
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	46,8
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	46,8
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,3	0	0,5	4,2
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,7	5,8	7,7	94,4
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	180/5	15,2	15,6	36,2	347,2
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,3	0,4	21	101,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,4	45,7
Итого за прием пищи:		20,5	21,8	76,8	592,6
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,9	3,2	38,3	205,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,3	55,3
Итого за прием пищи:		6,0	3,2	51,6	260,8
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	154,0
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,6	0,4	30	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,09	0	10,89	43,73
Итого за прием пищи:		7,69	5,9	63,89	339,33
Всего за день:		48,79	55,0	265,19	1760,13

Стоимость меню 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
14.05.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность к. к. Дж
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,9	7,5	22,6	177,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,5	11,6	112,2
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,5	3,7	14,9	107,6
Итого за прием пищи:		10,2	17,7	49,1	397,3
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	47
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2	0	0,4	3,3
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,1	2,9	4,5	51,6
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	150/11	12,5	13,6	29,9	293,0
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,4	29,6
Итого за прием пищи:		15,8	16,8	54,9	438,7
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,4	2,8	36,1	190,0
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,4	43,7
Итого за прием пищи:		5,5	2,8	46,5	233,7
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,6	5,6	19,6	140,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,09	0	11,09	44,43
Итого за прием пищи:		5,79	5,8	50,79	279,23
Всего за день:		37,69	43,5	211,09	1395,93

Стоимость меню 210 руб.