

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары

14.07.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3-5 лет)

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,6	7,4	27,8	200,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,8	6,9	18,2	146,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,6	4,7	16,3	126,7
Итого за прием пищи:		13,0	19,0	62,3	473,2

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	120	0,1	0	7,5	31,3
Итого за прием пищи:		0,1	0	7,5	31,3

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	38	0,7	3,4	2,9	45,1
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/2/8	1,9	5,1	7,6	88,9
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ЦБ	60/2	8,8	11,7	3,0	153,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	0,5	26	125
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/11	0	0	10,7	42,7
Итого за прием пищи:		19,1	25,3	87,9	660,8

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50/18/4	5,8	8,8	12,5	153,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,1	0	9,9	40,1
Итого за прием пищи:		5,9	8,8	22,4	193,4

Ужин

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	17	0,1	0	0,4	2,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	5,3	22,7	152,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с 0,65кг	45	3,6	0,3	23,5	110,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		7,1	5,6	56,8	308,3

Итого за прием пищи:		7,1	5,6	56,8	308,3
Всего за день:		45,2	58,7	236,9	1667,0

Стоимость 210руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары

14.07.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

день

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	5,5	21,0	150,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,7	6,9	11,4	114,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	4,2	4,3	14,4	114,4
Итого за прием пищи:		10,0	16,7	46,8	378,9

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	120/6	0,1	0	8,6	36,0
Итого за прием пищи:		0,1	0	8,6	36,0

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,6	2,6	2,3	35,3
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	100/2/4	0,9	3,2	4,5	52,5
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ЦБ	50/2	7,7	10,9	2,2	139,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,69	4,61	25,8	167,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160/9	0	0	8,4	33,9
Итого за прием пищи:		16,89	21,6	55,9	489,5

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/18/4	6,0	9,4	12,5	159,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	0,1	0	8,6	35,3
Итого за прием пищи:		6,1	9,4	21,1	194,6

Ужин

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	17	0,1	0	0,4	2,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,6	5,3	24,9	161,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		5,7	5,5	48,0	265,7

Итого за прием пищи:		5,7	5,5	48,0	265,7
Всего за день:		38,79	53,2	180	1365

Стоимость 210 руб