



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

14.11.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130/3	17,6	11,9	21,8	267,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50/3	1,2	3,4	7,3	65,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,5	9,2	15,8	155,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	4,0	4,0	16,3	118,8
Итого за прием пищи:		25,3	28,5	61,2	606,6

II Завтрак

РЯЖЕНКА	100	3,9	3,2	5,4	70,1
Итого за прием пищи:		3,9	3,2	5,4	70,1

Обед

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	20	0,2	0	0,6	3,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,6	7,4	16,5	147,6
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60/2	11,8	11,3	9,9	188,7
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125/5	2,9	5,1	12,1	108,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	45	3,9	0,5	25,2	121,3
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/15	0,1	0	14,9	61,5
Итого за прием пищи:		21,5	24,3	79,2	631,1

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,2	4,7	40,5	229,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	190	1	0,2	19,6	83,3
Итого за прием пищи:		7,2	4,9	60,1	312,8

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	200/6	6,2	9,9	26,6	219,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,2	0,3	27,6	130,4
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,11	0	14,83	59,65
Итого за прием пищи:		10,51	10,2	69,03	409,95
Всего за день:		68,41	71,1	274,93	2030,55

Стоимость 210 руб.



МБДОУ "Детский сад №

14.11.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120/3	15,1	10,6	19,9	237,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	2,2	6,2	48,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,5	11,6	112,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,6	3,7	14,9	108,3
Итого за прием пищи:		21,3	23,0	52,6	506,1

II Завтрак

РЯЖЕНКА	100	3	2,5	4,2	54
Итого за прием пищи:		3	2,5	4,2	54

Обед

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	15	0,1	0	0,4	2,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100/4	1,3	5,5	8,3	89,8
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8,9	8,9	9,8	154,6
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,2	4,0	9,4	83,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	35	2,3	0,3	14,8	71,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/15	0,1	0	14,8	60,7
Итого за прием пищи:		14,9	18,7	57,5	462,6

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,2	3,8	37,4	206,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170	0,9	0,2	17,2	73,1
Итого за прием пищи:		7,1	4,0	54,6	279,9

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	170/5	5,2	8,3	23,3	190,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,11	0	14,83	59,45
Итого за прием пищи:		8,71	8,6	60,73	356,05
Всего за день:		55,01	56,8	229,63	1658,65

Стоимость 210 руб