



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
15.05.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
15.05.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	6,6	9,2	30,0	228,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,4	9,2	14,8	150,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,8	4,0	16,2	117,2
Итого за прием пищи:		12,8	22,4	61,0	495,9
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	84	0,3	0,3	8,2	39,6
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,2	39,6
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	35	0,7	3,4	2,9	45,2
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,7	5,7	7,7	92,0
ПЛОВ	160	13,3	14,6	28,1	297,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,4	0,4	21,6	104,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/11	0	0	10,6	42,5
Итого за прием пищи:		19,1	24,1	70,9	581,0
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,3	2,8	37,5	196,4
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/11	0,1	0	11,1	46,5
Итого за прием пищи:		5,4	2,8	48,6	242,9
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	47	3,6	0,3	24	113,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,14	0	10,88	44,17
Итого за прием пищи:		6,74	5,8	57,88	311,17
Всего за день:		44,34	55,4	246,58	1670,57

Стоимость 210 руб

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,9	7,2	23,0	177,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,5	3,7	14,9	107,4
Итого за прием пищи:		10,2	17,1	49,7	395,0
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	84	0,3	0,3	8,3	39,6
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,3	39,6
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,8
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,0	3,1	4,6	52,5
ПЛОВ	150	13,4	14,5	25,9	287,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,3	29
Итого за прием пищи:		17,0	20,6	52,8	465,9
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,5	2,9	35,5	189,4
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,2	42,3
Итого за прием пищи:		5,6	2,9	45,7	231,7
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,7	5,4	19,6	137,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,14	0	10,78	43,57
Итого за прием пищи:		5,94	5,6	50,48	276,17
Всего за день:		39,04	46,5	206,98	1408,37

Стоимость 210 руб