C=RU, O="МБДОУ ""Детский сад № 253"" г.о. Самара", CN=Коротких В_В_, E=doo253@samara.edu.ru
00eff9c4d45b62e0f8
2025-10-14 19:08:43

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
15.10.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория:сад(с3до7лет)
Диета:без диет
день 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ	135/14	16,4	12,3	22,7	269,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,4	9,2	15,2	153,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,7	130,9
Итого за прием пищи:		23,3	26,2	55,6	553,2
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	140/5	4,1	3,5	13,9	107,9
Итого за прием пищи:		4,1	3,5	13,9	107,9
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2	2,2	4,6	17,1	121,5
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50/1	13,0	13,1	4,8	189,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,6	4,8	35,9	208,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,9	0,5	25	120,4
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,09	0	10,88	43,62
Итого за прием пищи:		25,39	25,3	96,88	720,72
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,9	40,5	230,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,3	4,9	50,2	268,9
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ,МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,5	20,9	192,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	3,9	0,3	25,3	119,4
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,3	46,8
Итого за прием пищи:		9,9	9,8	57,5	358,8
Всего за день:		68,99	69,7	274,08	2009,52

Стоимость 210 р

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
15.10.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория:первая младшая группа
Диета:без диет
день 3

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ	135	16,4	12,4	22,1	266,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,7	11,5	113,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	130,6
Итого за прием пищи:		22,6	23,8	51,2	510,3
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/5	3,33	0,11	4,44	34,45
Итого за прием пищи:		3,33	0,11	4,44	34,45
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	1,7	2,8	29,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/2	1,7	3,1	13,2	89,9
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	11,4	11,4	4,9	168,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	3,2	15,5	100,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,09	0	10,78	43,32
Итого за прием пищи:		18,09	19,7	59,88	492,82
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,1	4,3	36,4	207,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,1	4,3	46,1	245,9
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ,МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,9	22,5	204,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,2	46,6
Итого за прием пищи:		9,9	10,2	58,0	365,7
Всего за день:		60,02	58,11	219,62	1649,17

Стоимость 210 р