



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

15.12.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с дошкольн

Диета: без диет

день 6

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углево ды г	Энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	----------------	--------------------------------------

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,5	10,0	32,4	247,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,4	9,2	15,2	152,9
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	4,9	5,1	17,8	136,8
Итого за прием пищи:		13,8	24,3	65,4	537,2

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	10,5	50,6
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	10,5	50,6

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35/2	0,4	1,8	1,1	23,9
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/2/11	2,7	7,2	12,2	130,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60/2	9,4	9,2	3,3	133,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,4	5,8	21,7	151,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,7	0,5	23,8	114,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,6	50,5
Итого за прием пищи:		19,6	24,5	74,7	603,9

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	45/10/7	5,6	10,0	15,2	173,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,12	0	10,85	43,96
Итого за прием пищи:		5,72	10,0	26,05	217,86

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,7	3,5	3	46,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5	3,3	4,4	21	137,0
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	28	2,2	0,2	14,4	68,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,4	44,0
Итого за прием пищи:		6,3	8,1	48,8	295,3
Всего за день:		45,82	67,3	225,4 5	1704,8 6

Стоимость 210руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

15.12.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

ден

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углев оды г	энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	----------	--------	-------------	--------------------------------------

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,4	7,3	25,0	183,7
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:		9,8	17,5	51,5	404,0

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,3	1,9	0,9	22,9
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	100/4/4	1,4	4,3	6,8	74,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60/2	9,4	9,2	3,6	135,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/4	2,0	4,0	14,4	102,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,6	50,3
Итого за прием пищи:		15,1	19,7	51,0	447,0

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	40	4,1	6,1	13,5	125,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,12	0	10,9	44,06
Итого за прием пищи:		4,22	6,1	24,4 5	169,56

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,5	2,2	1,9	29,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	2,9	3,6	18,4	117,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180/9	0,1	0	9,2	38,5
Итого за прием пищи:		5,8	6,0	44,6	256,5
Всего за день:		35,32	49,7	180, 15	1318,4 6

Стоимость 210 руб