



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
16.01.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Короткий

Категория: первая
младшая группа
Диета: без диет



Наименование блюда	Масса порции	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г	Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г	
Завтрак					Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/3/3	10,6	8,3	27,4	226,4	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/3/3	9,6	7,6	25,2	208,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,3	9,1	14,1	147,3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,6	14,7	126,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,3	117,7	КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,5	118,7
Итого за прием пищи:		16,8	21,4	57,8	491,4	Итого за прием пищи:		15,7	18,2	56,4	453,9
II Завтрак					II Завтрак						
КЕФИР С САХАРОМ	100/6	3,1	2,7	10,3	81,2	КЕФИР С САХАРОМ	100/6	2,8	2,4	10,0	75,3
Итого за прием пищи:		3,1	2,7	10,3	81,2	Итого за прием пищи:		2,8	2,4	10,0	75,3
Обед					Обед						
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,7	ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,7
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2/13	2,7	6,6	15,0	134,6	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/4/6	2,1	4,7	11,1	97,2
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8,3	9,8	9,4	158,6	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	7,3	8,6	9,2	144,6
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/6	3,5	5,3	20,7	143,6	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	3,4	4,4	20	133,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,8	0,5	24,4	117,2	ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,6	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/10	0,1	0	9,9	40,6
Итого за прием пищи:		18,6	22,2	80,0	599,3	Итого за прием пищи:		15,1	18,0	63,4	480,4
Полдник					Полдник						
ПРЯНИКИ	34	2	1,6	25,5	124,4	ПРЯНИКИ	33	2	1,6	25,3	123,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/15	0,1	0	15,2	62,5	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/15	0,1	0	15,2	62,5
Итого за прием пищи:		2,1	1,6	40,7	186,9	Итого за прием пищи:		2,1	1,6	40,5	186,0
Ужин					Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200/6	9,4	10,5	34,5	271,0	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	155/5	6,7	7,5	25,6	196,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,6	0,3	23,4	110,3	ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,09	0	10,89	43,73	ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,09	0	11,09	44,73
Итого за прием пищи:		13,09	10,8	68,79	425,03	Итого за прием пищи:		8,99	7,7	51,29	310,53
Всего за день:		53,69	58,7	257,59	1783,83	Всего за день:		44,69	47,9	221,59	1506,13

Стоимость 210 руб

Стоимость 210 руб