



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

16.04.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-до 7 лет)
Диета: без диеты

день 3

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	15,2	11,4	20,7	247,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,7	9,3	17,3	163,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,6	3,7	18,1	121,1
Итого за прием пищи:		21,5	24,4	56,1	532,4

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	130/5	3,8	3,3	12,5	98,7
Итого за прием пищи:		3,8	3,3	12,5	98,7

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	121,4
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	11,7	10,2	4,8	158,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	3,6	4,3	23,2	146,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,9	0,5	25	120,1
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,09	0	10,88	43,59
Итого за прием пищи:		22,09	21,8	84,18	626,89

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,12	3,70	54,88	276,67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,12	3,70	64,58	315,37

Ужин

КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,0	20,9	188,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	43	3,5	0,3	23	108,5
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		9,5	9,3	54,2	340,1
Всего за день:		63,01	62,50	271,56	1913,46

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

16.04.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа
Диета: без диеты

день 3

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	15,3	11,4	20,9	249,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,9	11,4	114,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	17,9	132,2
Итого за прием пищи:		21,6	23,0	50,2	496,1

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	130/5	3,8	3,3	12,8	100,1
Итого за прием пищи:		3,8	3,3	12,8	100,1

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,4	2,9	35,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/2	1,6	3,5	13,0	91,1
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	6,6	6,2	5,1	103,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	3,3	15,4	101,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,09	0	11,08	44,71
Итого за прием пищи:		13,19	15,7	60,18	437,01

Полдник

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	5,56	4,59	43,94	239,40
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,56	4,59	53,64	278,10

Ужин

КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,5	21,8	197,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,1
Итого за прием пищи:		9,9	9,8	56,4	354,9
Всего за день:		54,05	56,39	233,22	1666,21

Стоимость 210 р