



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
16.05.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130/3	14,2	10,0	21,1	234,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,6	6,7	53,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,5	9,2	15,5	154,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,8	4,0	16,3	117,6
Итого за прием пищи:		21,4	25,8	59,6	560,1
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	91	0,3	0,3	7,9	37,9
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,9	37,9
Обед					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,9	1,8	2,4	29,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,5	7,0	16,3	142,4
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	10,2	9,9	9,9	169,8
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	2,9	5,0	13,0	110,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	45	3,5	0,5	22,5	108,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/15	0,1	0	14,8	60,6
Итого за прием пищи:		20,1	24,2	78,9	620,9
Полдник					
ПРЯНИКИ	36	2,1	1,7	27,2	133
РЯЖЕНКА	141	4,2	3,5	5,9	76,4
Итого за прием пищи:		6,3	5,2	33,1	209,4
Ужин					
КАША "ДРУЖБА"	200/6	6,2	10,0	26,7	220,7
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	49	3,8	0,3	24,9	117,4
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,16	0	14,93	60,07
Итого за прием пищи:		10,16	10,3	66,53	398,17
Всего за день:		58,26	65,8	246,03	1826,47

Стоимость 210 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
16.05.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120/3	14,1	9,7	19,6	223,9
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	2,0	5,3	42,0
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:		20,2	21,6	51,6	483,6
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	85	0,3	0,3	7,3	35,2
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,3	35,2
Обед					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	20	0,6	0,8	2,0	17,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100/4	1,4	3,1	8,5	69,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8,9	8,5	9,9	150,9
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,4	4,2	10,6	90,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	35	2,3	0,3	14,8	71,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150/12	0,1	0	11,5	47,7
Итого за прием пищи:		15,7	16,9	57,3	447,4
Полдник					
ПРЯНИКИ	36	2,2	1,7	27,5	134,2
РЯЖЕНКА	120	3,6	3	5	64,8
Итого за прием пищи:		5,8	4,7	32,5	199,0
Ужин					
КАША "ДРУЖБА"	170/5	5,2	8,3	22,4	185,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,16	0	14,93	60,07
Итого за прием пищи:		8,76	8,6	59,93	351,87
Всего за день:		50,76	52,1	208,63	1517,07

Стоимость 210 руб