



МБОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

16.09.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких



МБОУ "Детский сад № 253" г.о.

16.09.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

день 1						день 1					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г	Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценност ь г
Завтрак						Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,2	27,7	219,8	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	6,3	13,0	29,7	260,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,7	15,5	132,2	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,6	8,9	10,1	126,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,6	4,7	16,3	126,6	КАКАО С МОЛОКОМ	185/9	3,7	4,1	15,6	114,4
Итого за прием пищи:		13,7	20,6	59,5	478,6	Итого за прием пищи:		11,6	26,0	55,4	501,3
II Завтрак						II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	110	3,1	3,4	5	64	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	110	3,1	3,4	5	64
Итого за прием пищи:		3,1	3,4	5	64	Итого за прием пищи:		3,1	3,4	5	64
Обед						Обед					
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/12	2,0	5,1	10,1	99,0	ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	130/6	2,3	19,4	9,9	226,7
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/5	13,2	15,1	9,5	224,5	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	105/4	16,4	22,5	12,7	318,2
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/4	3	3,47	21,25	127,82	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/4	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	0,1	0	8,8	36,0	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0	9,9	40,0
Итого за прием пищи:		21,6	24,07	70,85	589,52	Итого за прием пищи:		24,4	45,77	70,75	794,32
Полдник						Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26,1	146,2	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200/11	0	0	10,7	42,7	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,6	3,4	36,8	188,9	Итого за прием пищи:		2,3	2,9	32,0	163,8
Ужин						Ужин					
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	9,4	6,2	17,0	161,2	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	170	13,0	14,9	17,4	254,4
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,4	1,8	3,6	33,2	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	70	2,0	16,3	19,8	232,3
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	38	3	0,2	19,5	92	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с, 0,60кг	30	2,3	0,2	15,1	71
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200/12	0,6	0,2	19,5	93,2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	14,4	66,2
Итого за прием пищи:		13,4	8,4	59,6	379,6	Итого за прием пищи:		17,6	31,5	66,7	623,9
Всего за день:		54,4	59,87	231,75	1700,62	Всего за день:		59,0	109,57	229,85	2147,32

Стоимость меню 210 руб

Стоимость меню 210 руб.