



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
16.10.2025

Заведующий
В. В. Коротких

Коротких



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
16.10.2025

Заведующий
В. В. Коротких

Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	6,6	9,2	29,9	228,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,4	9,2	15,2	153,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,8	4,0	16,3	117,8
Итого за прием пищи:		12,9	22,4	61,4	499,3
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	86	0,3	0,3	8,5	40,5
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,5	40,5
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2	0	0,5	3,9
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,7	5,8	7,7	94,0
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	180/5	18,8	18,3	36,2	385,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,9	0,5	25	120,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,3	45,5
Итого за прием пищи:		24,6	24,6	80,7	649,1
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,2	2,8	36,1	190,3
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,4	56,9
Итого за прием пищи:		5,3	2,8	49,5	247,2
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,7	0,4	30,7	144,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,9	43,68
Итого за прием пищи:		7,8	5,9	64,6	342,18
Всего за день:		50,9	56,0	264,7	1778,28

Стоимость 210 руб

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,9	7,6	22,6	179,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,7	11,5	113,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,5	3,7	14,9	107,8
Итого за прием пищи:		10,1	18,0	49,0	400,5
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	86	0,3	0,3	8,5	40,6
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,5	40,6
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2	0	0,4	3,3
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,1	3,9	4,8	62,8
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	150/11	14,3	20,6	29,6	360,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,1	28,1
Итого за прием пищи:		17,6	24,8	54,6	516,2
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	5,8	3,0	36,1	194,7
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,4	44,0
Итого за прием пищи:		5,9	3,0	46,5	238,7
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,6	5,7	19,6	141,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,8	43,38
Итого за прием пищи:		5,8	5,9	50,5	279,38
Всего за день:		39,7	52,0	209,1	1475,38

Стоимость 210 руб