

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

17.07.2025г.

Утверждаю
Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без диет

день 9

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

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	200/5	5,9	8,9	25,4	204,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,9	6,9	18,8	148,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,2	4,4	17,3	125,6
Итого за прием пищи:		13,0	20,2	61,5	478,6

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,5	45,5
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,5	45,5

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2	0	0,7	3,8
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, на мясо-костном бульоне	200/7/3	2,8	6,3	17,7	142,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150/3	15,4	14,6	16,5	260,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,6	27,8	133,9
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		22,7	21,5	72,4	579,2

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,7	40,5	228,9
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	17,8	75,9
Итого за прием пищи:		7,2	4,9	58,3	304,8

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	30/2	0,6	1,8	2,7	29,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5	2,7	4,4	17,2	118,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,7	0,4	30,4	143,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,1	0	11,8	48,0
Итого за прием пищи:		8,1	6,6	62,1	339,5
Всего за день:		51,4	53,6	263,8	1747,6

Стоимость 210 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

Самара

17.07.2025г.

Утверждаю
Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 9

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

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	150/4	4,8	7,6	20,6	170,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/9	3,3	3,4	14,8	103,8
Итого за прием пищи:		9,9	17,2	47,2	385,0

II Завтрак

ЯБЛОКИ	84	0,3	0,3	8,2	39,5
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,2	39,5

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2	0	0,5	2,7
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ, СО СМЕТАНОЙ на мясо-костном бульоне	150/7/2	2,2	5,1	13,4	112,3
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,1	13,5	15,7	241,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,8	0,2	11,8	56,7
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180/9	0	0	8,6	34,4
Итого за прием пищи:		18,3	18,8	50,0	447,2

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	6,4	4,9	37,4	218,4
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,15	14,84	64,49
Итого за прием пищи:		7,15	5,05	52,24	282,9

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	30/2	0,5	2,2	2,6	32,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	3,8	4,1	24,3	148,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с, 0,60кг	26	1,9	0,2	12,8	60,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	8,8	35,7
Итого за прием пищи:		6,3	6,5	48,5	277,5
Всего за день:		41,95	47,85	206,15	1432,1

Стоимость 210 руб