



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
17.11.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)
Диета: без диет

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,5	10,1	32,4	248,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,2	9,1	13,7	145,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	4,8	5,0	17,8	135,3
Итого за прием пищи:		13,5	24,2	63,9	528,4

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	140	0,7	0,1	13,9	59,2
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,9	59,2

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35/2	0,3	1,9	1,0	23,3
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/2/11	2,1	6,9	8,1	106,4
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60/2	9,4	9,2	3,3	133,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,4	5,8	21,7	151,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,5	0,5	22,1	106,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,5	50,1
Итого за прием пищи:		18,7	24,3	68,7	571,2

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	45/10/7	5,4	10,4	12,7	166,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,9	43,69
Итого за прием пищи:		5,5	10,4	23,6	210,49

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,7	3,5	3	46,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5	3,3	4,5	21	137,2
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	21	1,7	0,1	10,9	51,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,4	44,0
Итого за прием пищи:		5,8	8,1	45,3	279,0
Всего за день:		44,2	67,1	215,4	1648,29

Стоимость 210руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
17.11.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая
Диета: без диет

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,4	7,3	25,0	183,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,5	11,6	112,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,6	3,7	14,9	108,2
Итого за прием пищи:		9,8	17,5	51,5	403,9

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,6	0,1	10,8	45,9
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	10,8	45,9

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,3	1,9	0,9	22,9
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	100/4/4	1,4	4,3	6,8	74,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60/2	9,4	9,2	3,6	135,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/4	2,0	4,0	14,4	102,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,6	50,3
Итого за прием пищи:		15,1	19,7	51,0	447,0

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	40	3,9	6,1	12,5	120,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,9	43,79
Итого за прием пищи:		4,0	6,1	23,4	164,59

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,5	2,2	1,9	29,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	2,9	3,6	18,4	117,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180/9	0,1	0	9,2	38,5
Итого за прием пищи:		5,8	6,0	44,6	256,5
Всего за день:		35,3	49,4	181,3	1317,89

Стоимость 210 руб