



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
18.07.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без diet

день
10

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/15	17,9	15,1	28,1	321,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,9	6,8	18,7	148,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	16,3	126,3
Итого за прием пищи:		25,3	26,6	63,1	595,6

II Завтрак

ЯБЛОКИ	85	0,3	0,3	8,4	40
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,4	40

Обед

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	24	0,3	0	0,9	5,9
СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/12	2,8	4,7	15,7	122,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	90	13,6	15,6	14,5	253,8
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	5,7	4,7	33,3	198
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,4	0,6	28	134,6
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/12	0,1	0	11,8	49,6
Итого за прием пищи:		26,9	25,6	104,2	763,9

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	55	2,3	0,2	28,9	126,4
КЕФИР С САХАРОМ	90/5	2,7	2,3	9,1	70,1
Итого за прием пищи:		5,0	2,5	38,0	196,5

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200	8,6	9,6	33,4	255,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	30	2,2	0,2	14,7	69,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200/13	0,1	0	12,8	51,8
Итого за прием пищи:		10,9	9,8	60,9	376,4
Всего за день:		68,4	64,8	274,6	1972,4

Стоимость 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
18.07.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без diet

день
10

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

Зав

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/15	13,8	12,8	24,1	269,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,7	11,5	113,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,4	4,7	16,3	125,3
Итого за прием пищи:		19,9	24,2	51,9	507,7

II Завтрак

ЯБЛОКИ	85	0,3	0,3	8,4	40,2
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,4	40,2

Обед

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	41	0,4	0,1	1,5	9,7
СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/6/2	2,2	4,0	11,7	95,5
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	80	8,8	10,9	13,4	188,2
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	5,7	4,7	33,3	198
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,9	0,2	11,9	57,5
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/9	0,1	0	9,0	37,9
Итого за прием пищи:		19,1	19,9	80,8	586,8

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/15	1,4	0,1	17,9	77,4
КЕФИР С САХАРОМ	90/4	2,7	2,3	7,3	63,2
Итого за прием пищи:		4,1	2,4	25,2	140,6

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200	8,6	9,5	33,3	253,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с. 0,60кг	25	1,9	0,2	12,8	60,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,0	36,5
Итого за прием пищи:		10,6	9,7	55,1	350,7
Всего за день:		54,0	56,5	221,4	1626,0

Стоимость 210 руб