



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
18.09.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,6	27,1	211,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3	7,0	19,6	153,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,7	4,8	16,4	128,1
Итого за прием пищи:		14,0	20,4	63,1	492,9
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	71	0,3	0,3	7	33,7
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7	33,7
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	25	0,2	0	0,7	3,9
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/12	2,4	5,6	11,5	113,0
ПЛОВ	155/2/4	17,1	17,7	35,5	369,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,2	0,6	27,1	130,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		23,9	23,9	84,5	655,2
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,3	2,8	37,6	197,0
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/11	0,1	0	11,4	47,5
Итого за прием пищи:		5,4	2,8	49,0	244,5
Ужин					
СВЕКЛА ПОРЦИОННО	24	0,4	0	2	9,6
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,7	0,4	30,6	144,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,1	0	12,8	51,8
Итого за прием пищи:		8,2	5,9	68,4	359,4
Всего за день:		51,8	53,3	272,0	1785,7

Стоимость 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
18.09.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая
Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	6	8,6	25,0	201,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,9	4,9	12,5	102,2
КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	4,7	4,7	15,9	125,6
Итого за прием пищи:		12,6	18,2	53,4	428,8
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	70	0,3	0,3	6,9	33,1
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	6,9	33,1
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	19	0,1	0	0,5	2,6
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130/6	1,6	9,8	8,0	128,5
ПЛОВ	150/2/3	14,7	19,2	33,3	364,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		19,0	29,4	68,5	616,1
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	100	10,4	9,3	40,9	289,0
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		10,5	9,3	51,1	331,7
Ужин					
СВЕКЛА ПОРЦИОННО	25	0,4	0	2	9,8
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	175/5	2,5	5,3	18,2	130,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,4
Итого за прием пищи:		4,9	5,5	42,7	239,9
Всего за день:		47,3	62,7	222,6	1649,6

Стоимость 210 руб