



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

18.12.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

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

Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетич еская ценность г
КАША "ДРУЖБА"	200/6	6,2	10,0	26,7	220,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10/30	3,2	9,5	20,0	177,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,6	3,7	17,9	120,4
Итого за прием пищи:		13,0	23,2	64,6	518,8
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	47
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	50/2	0,7	2,4	5,1	46,4
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО- КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	3,0	8,3	18,7	169,7
ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	170/4	12,1	12,1	19,1	234,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,9	0,7	31,6	152
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,8	35,2
Итого за прием пищи:		20,7	23,5	83,3	637,4
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,2	4,5	40,5	227,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,6	57,4
Итого за прием пищи:		6,3	4,5	54,1	284,9
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,4	2,1	1,8	28
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5	2,7	4,4	17,2	119,3
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	6	0,5	39,3	185,5
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,16	0	11,12	44,78
Итого за прием пищи:		9,26	7,0	69,42	377,58
Всего за день:		49,66	58,6	281,22	1865,68

Стоимость 210руб



МБДОУ "Детский сад № 253"

18.12.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая
Диета: без диет

Наименование блюда	масса порци и	бе лк и г	жиры г	углевод ы г	энерге тическ ая ценно
КАША "ДРУЖБА"	150/4	4,6	7,4	20,3	166,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,3	2,5	11,9	79,4
Итого за прием пищи:		8,7	16,1	44,0	356,1
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	46,9
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	46,9
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	40/2	0,7	2,1	4,4	41,0
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО- КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150/5	2,3	5,9	13,8	121,3
ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	150/3	17,6	16,3	17,0	286,0
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8	0	0	7,6	30,1
Итого за прием пищи:		22,6	24,6	55,5	539,6
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	6,6	4,9	37,4	219,1
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	170/11	0,1	0	11,6	48,9
Итого за прием пищи:		6,7	4,9	49,0	268,0
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,5	2,3	2	30,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	3,8	4,1	24,3	148,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,16	0	15,32	62,08
Итого за прием пищи:		7,46	6,6	61,12	332,98
Всего за день:		45,86	52,6	219,42	1543,58

Стоимость 210руб