



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
19.02.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

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

день 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	14,1	11,0	23,0	249,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,7	9,3	16,7	160,7
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/11	0,11	0	11,11	44,88
Итого за прием пищи:		16,91	20,3	50,81	454,98
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/5	2,9	2,5	9,6	75,7
Итого за прием пищи:		2,9	2,5	9,6	75,7
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/2	2,3	4,6	17,1	123,5
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	10,9	11,4	4,8	167,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	3,6	4,2	23,2	145,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,7	0,5	23,7	114,2
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,89	43,65
Итого за прием пищи:		21,2	23,0	82,89	630,85
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,6	3,3	25,3	141,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,6	3,3	35,0	180,6
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,2	9,7	21,4	197,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	43	3,2	0,3	21	99,4
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		9,5	10,0	52,7	339,9
Всего за день:		53,11	59,1	231,00	1682,03

Стоимость 179 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
19.02.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: младшая группа
Диета: без диет

день 3

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	13,7	11,0	22,5	245,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/11	0,11	0	10,81	43,88
Итого за прием пищи:		15,61	17,2	45,11	400,08
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/5	2,9	2,5	9,8	76,7
Итого за прием пищи:		2,9	2,5	9,8	76,7
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,4	2,8	35,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150/2	1,7	3,0	12,8	87,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	2,9	15,4	98,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	6,2	7,2	4,6	108,0
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,1	0	10,69	43,05
Итого за прием пищи:		12,9	15,8	58,99	433,35
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,3	2,9	32,0	163,8
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,2	9,5	22,3	199,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	42,9
Итого за прием пищи:		10,0	9,8	56,9	357,5
Всего за день:		43,71	48,2	202,80	1431,43

Стоимость 179 р