



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
19.02.2026
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	200/6	6,6	9,2	29,9	228,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,5	9,2	15,4	154,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,3	118,1
Итого за прием пищи:		13,0	22,4	61,6	500,4
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	60	0,2	0,2	5,9	28,4
Итого за прием пищи:		0,2	0,2	5,9	28,4
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2	0	0,5	3,9
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,7	5,9	7,7	95,5
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	180/5	14,7	14,7	36,2	335,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,4	0,5	22	106
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,4	45,9
Итого за прием пищи:		20,0	21,1	77,8	587,2
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,3	2,8	37,5	195,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,2	54,9
Итого за прием пищи:		5,4	2,8	50,7	250,4
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	3,7	0,3	24,3	114,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,9	43,98
Итого за прием пищи:		6,8	5,8	58,2	312,18
Всего за день:		45,4	52,3	254,2	1678,58

Стоимость меню 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
19.02.2026
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	150/5	4,9	7,2	22,9	176,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,4	11,7	111,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,6	3,7	14,9	107,9
Итого за прием пищи:		10,3	17,3	49,5	395,8
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	60	0,2	0,2	5,9	28,4
Итого за прием пищи:		0,2	0,2	5,9	28,4
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2	0	0,4	3,3
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,1	3,1	4,5	52,0
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	150/11	12,5	19,4	29,8	344,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,3	29
Итого за прием пищи:		15,8	22,8	54,7	490,0
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,3	2,8	36,2	191,2
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,3	43,1
Итого за прием пищи:		5,4	2,8	46,5	234,3
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	170/5	2,7	5,4	19,6	137,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	11,1	44,78
Итого за прием пищи:		5,9	5,6	50,8	277,18
Всего за день:		37,6	48,7	207,4	1425,68

Стоимость меню 210 руб.