



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары

19.05.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-4 лет)

Диета: без диет

день 6

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,6	7,4	27,8	200,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,1	6,6	13,9	123,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,6	16,3	124,7
Итого за прием пищи:		12,1	18,6	58,0	448,9

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	120	0,1	0	6,8	28,0
Итого за прием пищи:		0,1	0	6,8	28,0

Обед

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	40	0,9	1,9	7,3	51,2
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/2/8	2,3	4,8	10,3	97,4
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ЦБ	60	8,5	11,4	3,0	148,9
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,7	5,7	30,2	199,0
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	48	3,2	0,4	20,7	99,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/11	0	0	10,7	42,7
Итого за прием пищи:		21,6	24,2	82,2	638,7

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,5	3,6	11	95,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,4
Итого за прием пищи:		4,6	3,6	21,0	135,9

Ужин

ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	25	0,2	0	0,4	3,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,0	5,3	20,1	139,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с 0,65кг	34	2,6	0,2	17,1	80,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		5,9	5,5	47,8	266,6
Всего за день:		44,3	51,9	215,8	1518,1

Стоимость 210руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары

19.05.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

ден

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	6,0	20,9	154,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,4	11,7	111,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,2	14,3	112,6
Итого за прием пищи:		10,0	16,6	46,9	378,5

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	120	0	0	7,7	31,2
Итого за прием пищи:		0	0	7,7	31,2

Обед

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	30/1	0,7	1,2	5,5	36,2
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	100/2/4	1,2	2,6	6,2	54,6
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ЦБ	50	7,6	10,8	2,2	137,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/3	4,9	3,8	21,9	141,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160/9	0	0	9,1	36,3
Итого за прием пищи:		16,4	18,7	57,6	466,4

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,3	3,5	11	93,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	8,7	35,6
Итого за прием пищи:		4,4	3,5	19,7	128,9

Ужин

ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	20	0,2	0	0,3	2,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,9	5,2	19,1	135,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	25	1,5	0,1	10	47,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		4,7	5,3	39,6	227,6
Всего за день:		35,5	44,1	171,5	1232,6

Стоимость 210 руб