

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

19.06.2025г.

Утверждаю

Заведующий

В.В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

Самара

19.06.2025г.

Утверждаю

Заведующий

В.В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 9

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

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	200/5	5,9	8,8	25,3	203,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,4	6,7	15,8	133,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	130,7
Итого за прием пищи:		12,8	20,2	58,7	467,4

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2	0	0,7	3,8
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, на мяско-костном бульоне	200	2,7	4,6	17,6	126,2
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	13,4	13,0	16,4	237,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,5	23,7	114,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		20,0	18,1	67,0	516,0

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,2	4,7	40,5	228,5
СОК ФРУКТОВЫЙ	167	0,8	0,2	16,9	71,9
Итого за прием пищи:		7,0	4,9	57,4	300,4

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30/2	0,6	1,8	2,5	28,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5	2,7	4,3	17,1	118,3
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	52	3,9	0,3	25,7	121,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,8
Итого за прием пищи:		7,3	6,4	55,2	307,6
Всего за день:		47,5	50,0	246,9	1632,8

Стоимость 210 руб

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

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	150	4,8	7,7	20,6	172,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,4	11,7	111,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	15,1	109,3
Итого за прием пищи:		10,2	17,8	47,4	393,1

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2	0	0,7	3,7
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ, СО СМЕТАНОЙ на мяско-костном бульоне	150/2	2,1	3,2	13,4	92,1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,1	11,7	21,3	240,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,8	51,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,9	35,7
Итого за прием пищи:		16,1	15,1	55,1	423,4

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	5,9	4,5	37,1	210,9
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,15	14,849	64,499
Итого за прием пищи:		6,65	4,65	51,949	275,4

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30/2	0,6	1,6	2,5	26,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	3,8	3,6	24,2	143,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с, 0,60кг	25	1,9	0,2	12,7	60,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,1	36,8
Итого за прием пищи:		6,4	5,4	48,5	266,9
Всего за день:		39,75	43,35	211,55	1400,2

Стоимость 210 руб