



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
19.09.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/4	15,9	13,7	22,5	278,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,3	65,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,9	6,8	19,1	150,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,4	4,7	17,4	129,6
Итого за прием пищи:		24,4	28,6	66,3	623,3
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	71	0,3	0,3	6,7	32,3
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	6,7	32,3
Обед					
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/12	2,3	6,1	13,1	122,8
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	13,9	13,1	9,9	214,1
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125/5	2,9	5,0	13,0	110,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,9	0,5	25,2	121,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/11	0,1	0	10,9	46,2
Итого за прием пищи:		23,1	24,7	72,1	614,4
Полдник					
ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	35	2,2	1,8	28,3	138,1
КЕФИР С САХАРОМ	130/11	3,7	3,2	12,7	97,4
Итого за прием пищи:		5,9	5,0	41,0	235,5
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200/5	5,6	8,6	27,7	210,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,4	0,4	28,7	135,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200/13	0,2	0	11,8	48,0
Итого за прием пищи:		10,2	9,0	68,2	394,5
Всего за день:		63,9	67,6	254,3	1900,0

Стоимость 210 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
19.09.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	160/4	14,5	16,5	21,8	295,9
СОУС МОЛОЧНЫЙ	55	1,4	5,1	9,7	89,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,9	4,9	12,5	102,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/10	3,9	3,7	17,7	120,9
Итого за прием пищи:		21,7	30,2	61,7	608,4
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	70	0,3	0,3	6,9	33,1
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	6,9	33,1
Обед					
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	135/5	1,4	5,8	8,8	94,4
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	75	10,8	13,4	10,7	206,5
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110/5	2,9	5,1	15,2	118,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/10	0,1	0	10,2	43,6
Итого за прием пищи:		17,5	24,6	59,7	534,6
Полдник					
ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	30	1,8	1,4	22,5	109,8
КЕФИР С САХАРОМ	135/11	3,5	3	14,8	103,5
Итого за прием пищи:		5,3	4,4	37,3	213,3
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180/4	4,9	8,1	24,9	192,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0	10,0	40,5
Итого за прием пищи:		7,0	8,3	47,4	292,2
Всего за день:		51,8	67,8	213,0	1681,6

Стоимость 210 руб