

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

05.11.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	15,9	10,2	19,1	235,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	40	1,1	4,6	4,2	62,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	2,6	9,3	16,5	159,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,0	4,1	16,3	119,2
Итого за прием пищи:		23,6	28,2	56,1	576,2
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	135	4,1	3,4	5,7	73,3
Итого за прием пищи:		4,1	3,4	5,7	73,3
Обед					
САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	25	1,4	1,9	3,6	36,4
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,4	5,5	11,4	110,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	200/4	17,4	16,6	29,3	335,2
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4	0,5	25,9	124,4
ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,11	0	10,92	43,89
Итого за прием пищи:		25,31	24,5	81,12	649,89
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60/28	5,37	2,47	49,98	242,80
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	17,6	74,7
Итого за прием пищи:		6,27	2,67	67,58	317,50
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/5	5,9	8,8	19,9	182,7
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	4,3	0,4	28	132,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/11	0	0	10,7	42,6
Итого за прием пищи:		10,2	9,2	58,6	357,6
Всего за день:		69,48	67,97	269,10	1974,49

Стоимость 210руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

05.11.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	105	15,3	10,8	20,1	241,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,9	3,8	3,5	51,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/7	1,8	7,3	12,1	122,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	14,9	108,3
Итого за прием пищи:		21,6	25,6	50,6	523,1
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	101	3,0	1,0	4,20	40,0
Итого за прием пищи:		3,0	1,0	4,20	40,0
Обед					
САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	20	1,2	2	3,1	35,4
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,7	6,2	8,6	99,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	180/4	13,5	13,2	26,5	277,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	11,82	47,79
Итого за прием пищи:		18,51	21,7	62,72	521,69
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	6,96	6,24	47,31	272,83
СОК ФРУКТОВЫЙ	170	0,9	0,2	16,7	70,9
Итого за прием пищи:		7,86	6,44	64,01	343,73
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150/3	4,6	6,7	16,1	143,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,3	7,0	50,1	297,1
Всего за день:		59,27	61,74	231,63	1725,62

Стоимость 210 руб