



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
Самара
20.06.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без diet

день
10

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/15	20,5	16,2	27,6	341,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,5	6,8	16,6	137,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	16,3	125,9
Итого за прием пищи:		27,5	27,7	60,5	605,4

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,7	0,1	12,7	54,2
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	12,7	54,2

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,4	0,1	1,5	9,6
СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,4	6,2	15,9	140,5
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	90	10,1	12,5	14,6	211,7
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	5,7	4,7	33,3	198
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,2	43,9
Итого за прием пищи:		24,0	23,9	96,7	705,7

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	55	2,3	0,2	30,6	133,5
КЕФИР С САХАРОМ	180	5,2	4,5	12,2	115,6
Итого за прием пищи:		7,5	4,7	42,8	249,1

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200	8,6	9,7	33,4	255,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,1	0,3	26,8	126,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4	0	10,5	43,6
Итого за прием пищи:		13,1	10,0	70,7	425,2
Всего за день:		72,8	66,4	283,4	2039,6

Стоимость 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
Самара
20.06.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без diet

день
10

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

Зав

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/15	20,6	16,4	25,4	334,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,2	11,8	110,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,3	124,9
Итого за прием пищи:		26,8	27,3	53,5	569,3

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,7	0,1	12,7	54,2
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	12,7	54,2

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,4	0,1	1,5	9,7
СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,8	5,1	11,8	111,5
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	80	9,1	11,0	13,1	187,4
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	5,7	4,7	33,3	198
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1	0	9,2	39,5
Итого за прием пищи:		20,8	21,1	79,5	597,1

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/15	1,4	0,1	17,7	76,9
КЕФИР С САХАРОМ	180	5,2	4,5	12,2	115,6
Итого за прием пищи:		6,6	4,6	29,9	192,5

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200	8,6	9,8	33,3	256,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,4	0	9,6	39,9
Итого за прием пищи:		10,9	10,0	55,4	355,2
Всего за день:		66,8	63,1	231,0	1768,3

Стоимость 210 руб