



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
20.10.2025 * 11099116011 * 6306000000

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
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,5	10,0	32,4	247,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,2	6,7	14,5	126,9
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	4,7	5,0	17,8	135,2
Итого за прием пищи:		13,4	21,7	64,7	509,6

II Завтрак

ЯБЛОКИ	94	0,3	0,3	8,2	39,1
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,2	39,1

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35/2	0,3	1,8	1,0	22,0
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/2/11	2,1	6,0	8,0	98,3
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60/2	9,4	9,2	3,3	133,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,4	5,7	21,7	151,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,7	0,5	23,7	114,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,6	50,2
Итого за прием пищи:		18,9	23,2	70,3	569,6

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	45/10/7	5,6	8,6	15,1	160,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,09	0	10,89	43,83
Итого за прием пищи:		5,69	8,6	25,99	204,53

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	32	0,6	2,9	2,5	39,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5	3,3	4,5	21	137,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	25	1,9	0,2	12,6	59,6
Итого за прием пищи:		5,8	7,6	36,1	236,2
Всего за день:		44,09	61,4	205,29	1559,03

Стоимость 210руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
20.10.2025 * 11099116011 * 6306000000

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая
Диета: без диет

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,4	7,8	23,6	182,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,6	3,7	14,9	108,9
Итого за прием пищи:		9,8	17,7	50,3	401,8

II Завтрак

ЯБЛОКИ	80	0,3	0,3	7,9	37,7
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,9	37,7

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,3	1,1	0,9	14,9
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	100/4/4	1,5	4,8	7,3	79,8
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60/2	9,3	9,3	3,0	134,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/4	2,1	3,4	14,4	97,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,9	51,6
Итого за прием пищи:		15,2	18,9	51,2	439,7

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	40	4	6,3	13,4	127,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,09	0	10,9	44,13
Итого за прием пищи:		4,09	6,3	24,39	171,53

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,5	2,3	2	30,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	2,8	3,9	18,2	119,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	0,3	22,9	107,9
Итого за прием пищи:		6,8	6,5	43,1	257,7
Всего за день:		36,19	49,7	176,89	1308,43

Стоимость 210 руб