



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

21.04.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:сад(с3до7лет)

Диета:без диет

день 6

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углево ды г	Энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	----------------	--------------------------------------

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	9,1	32,0	234,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,8	16,0	135,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,3	117,9
Итого за прием пищи:		12,6	19,9	64,3	487,7

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	119	0,6	0,1	11,9	50,6
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,9	50,6

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,3	1,5	0,9	18,1
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13/8	2,4	7,2	11,8	124,3
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60	8,5	8,6	2,1	120,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,2	5,4	21,4	147,0
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,7	0,5	23,4	112,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,6	50,5
Итого за прием пищи:		18,1	23,2	72,2	572,6

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	45/10/5	5,4	8,6	13,9	155,5
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,09	0	10,89	43,93
Итого за прием пищи:		5,49	8,6	24,79	199,43

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,7	3,2	49
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/4	3,3	3,9	21	132,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	35	2,7	0,2	17,7	83,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		6,9	7,8	52,2	308,4
Всего за день:		43,69	59,6	225,39	1618,73

Стоимость 210руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

21.04.2025

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория:первая

Диета:без диет

день

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углев оды г	энерге тическ ая ценност ь г
--------------------	--------------	----------	--------	-------------	------------------------------

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,4	7,3	24,0	179,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,5	3,7	14,9	107,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
Итого за прием пищи:		9,7	17,2	50,7	397,3

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	0,6	0,1	11,9	50,7
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,9	50,7

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,3	1,6	0,9	20,1
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	100/4/4	1,3	4,5	6,0	72,4
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60	8,1	8,0	2,3	113,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/4	2,0	3,4	14,5	97,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		13,7	17,8	46,1	403,7

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	40/9/4	4,1	6,2	13	124,8
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,09	0	10,69	43,03
Итого за прием пищи:		4,19	6,2	23,69	167,83

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	2,8	3,6	18,2	117,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1	0	9,3	39,3
Итого за прием пищи:		5,4	6,5	42,3	252,0
Всего за день:		33,59	47,8	174,6	1271,5

Стоимость 210 руб