

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

21.05.2026

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	200/6	6,4	10,8	26,3	229,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,6	9,3	16,1	157,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	5,0	5,2	20,4	150,0
Итого за прием пищи:		14,0	25,3	62,8	537,0

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,4	45,2
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,4	45,2

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	50/2	0,7	4,9	5,0	67,9
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,8	11,3	18,6	192,1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	17,5	22,0	19,2	345,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,6	0,5	23,1	111,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		24,6	38,7	74,6	751,6

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	7,2	7,6	44,5	273,2
КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	200/10	0,2	0,1	11,1	46,9
Итого за прием пищи:		7,4	7,7	55,6	320,1

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,9	2,5	38,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5	2,7	5,8	17,3	132,7
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	4,9	0,4	31,7	149,7
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,09	0	14,78	59,41
Итого за прием пищи:		8,29	9,1	66,28	380,31
Всего за день:		54,69	81,2	268,68	2034,21

Стоимость 210 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

21.05.2026

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

малашная группа

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	150/4	5,9	9,2	22,2	196,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,5	11,6	112,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	4,7	4,9	23,0	156,1
Итого за прием пищи:		12,4	20,6	56,8	464,9

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	47

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	40/2	0,6	1,9	4,5	38,6
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,2	8,3	13,9	141,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	15,6	14,8	16,9	263,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8	0	0	7,8	30,9
Итого за прием пищи:		20,4	25,3	55,8	535,6

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,0	3,9	36,9	204,6
КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	200/10	0,2	0,1	11,1	46,9
Итого за прием пищи:		6,2	4,0	48,0	251,5

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	34	0,6	3	2,6	40,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155	3,8	3,7	24	143,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,09	0	14,78	59,21
Итого за прием пищи:		7,49	6,9	60,88	335,61
Всего за день:		46,89	57,2	231,28	1634,61

Стоимость 210 руб