



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
21.08.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Чаротских

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,7	27,1	212,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,8	6,9	18,2	146,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,6	4,8	16,4	127,3
Итого за прием пищи:		13,7	20,4	61,7	485,3
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	90	0,3	0,3	7,8	37,2
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,8	37,2
Обед					
СМЕТАННОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/12	2,4	5,3	11,4	109,9
ПЛОВ	155/2/4	15,8	16,6	35,5	354,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,9	0,5	25,2	121,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		22,1	22,4	81,8	623,9
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,1	2,7	36,0	190,3
Итого за прием пищи:		5,1	2,7	36,0	190,3
Ужин					
СВЕКЛА ПОРЦИОННО	40	0,6	0	3,2	15,4
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	154,0
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,4	0,4	29,2	137,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,1	0	12,9	51,8
Итого за прием пищи:		8,1	5,9	68,3	359,0
Всего за день:		49,3	51,7	255,6	1695,7

Стоимость 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
21.08.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Чаротских

Категория: первая младшая
Диета: без диет

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	5,7	8,6	23,3	193,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	4,1	4,3	14,8	115,8
Итого за прием пищи:		11,6	19,1	49,9	419,2
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	100	0,3	0,3	7,8	37,2
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,8	37,2
Обед					
СМЕТАННОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130/6	1,6	3,7	7,6	72,4
ПЛОВ	150/2/3	13,5	13,8	34,6	316,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/9	0	0	8,8	35,5
Итого за прием пищи:		17,4	17,8	65,8	495,4
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,5	2,9	35,5	189,4
Итого за прием пищи:		5,5	2,9	35,5	189,4
Ужин					
СВЕКЛА ПОРЦИОННО	40	0,6	0	3,3	15,5
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,7	5,4	19,6	137,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с. 0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		5,3	5,6	45,4	252,8
Всего за день:		40,1	45,7	204,4	1394,0

Стоимость 210 руб