

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
22.01.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/6	6,6	9,2	29,9	227,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,5	9,2	15,5	154,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,3	117,9
Итого за прием пищи:		13,0	22,4	61,7	500,0
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ С/М	100	0,3	0,3	8,4	40,5
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,4	40,5
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	29	0,2	0	0,5	3,9
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	200/13	1,7	5,8	7,7	94,4
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	180/5	13,7	13,9	36,2	324,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,9	0,5	25,2	121,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/12	0	0	11,4	45,8
Итого за прием пищи:		19,5	20,2	81,0	590,0
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,3	2,8	37,5	196,9
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,1	54,4
Итого за прием пищи:		5,4	2,8	50,6	251,3
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	4,5	22,8	143,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,2	0,3	27,8	131,3
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,9	43,89
Итого за прием пищи:		7,3	4,8	61,5	318,79
Всего за день:		45,5	50,5	263,2	1700,59

Стоимость меню 210 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
22.01.2026

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая
Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,9	7,5	22,7	178,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,4	11,7	111,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,7	3,7	14,9	109,2
Итого за прием пищи:		10,4	17,6	49,3	399,5
II Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ С/М	100	0,3	0,3	8,2	39,5
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,2	39,5
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9
ЩИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120/8	1,2	3,5	4,9	58,7
ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	150/11	11,1	18,6	29,9	331,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	7,5	29,8
Итого за прием пищи:		14,5	22,4	55,5	485,3
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	5,7	3,4	36,9	199,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	150/10	0,1	0	10,2	42,4
Итого за прием пищи:		5,8	3,4	47,1	241,9
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,6	3,5	19,4	120,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,1	0	10,6	42,89
Итого за прием пищи:		5,8	3,7	50,1	257,89
Всего за день:		36,8	47,4	210,2	1424,09

Стоимость меню 210 руб.