



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
23.01.2026

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)
Диета: без диет

день 6

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130/3	13,9	9,9	21,1	230,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50/3	1,2	3,4	7,3	64,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,9	9,4	18,3	168,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	4,0	4,0	16,2	118,7
Итого за прием пищи:		22,0	26,7	62,9	582,0

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	100/5	3,3	2,9	10,6	85
Итого за прием пищи:		3,3	2,9	10,6	85

Обед

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,6	7,4	16,4	147,8
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60/2	11,6	11,2	9,9	186,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125/5	2,9	5,1	12,2	108,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	45	4,6	0,6	29,6	142,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/15	0,1	0	14,9	61,4
Итого за прием пищи:		21,8	24,3	83,0	646,1

Полдник

ПРЯНИКИ	36	2,1	1,7	27,2	132,9
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	184	0,9	0,2	18,6	79,2
Итого за прием пищи:		3,0	1,9	45,8	212,1

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	200/6	6,2	10,0	26,7	220,7
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,9	0,4	32,4	153,1
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,11	0	14,83	59,67
Итого за прием пищи:		11,21	10,4	73,93	433,47
Всего за день:		61,31	66,2	276,23	1958,67



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
23.01.2026

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

В. В. Коротких

Категория: первая
Диета: без диет

день

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углев оды г	энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	----------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120/3	15,3	10,2	19,9	235,7
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	2,2	5,5	45,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,7	11,8	115,2
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,6	3,7	14,9	108,3
Итого за прием пищи:		21,5	22,8	52,1	504,8

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	100/5	2,9	2,5	9,3	74,3
Итого за прием пищи:		2,9	2,5	9,3	74,3

Обед

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100/4	1,3	5,8	8,2	91,7
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8,7	8,7	9,8	152,6
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,2	4,0	9,6	84,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	35	2,3	0,3	15	72,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/15	0,1	0	15,1	62,2
Итого за прием пищи:		14,6	18,8	57,7	463,5

Полдник

ПРЯНИКИ	36	2,2	1,7	27,5	134,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170	0,9	0,2	17,2	73,1
Итого за прием пищи:		3,1	1,9	44,7	207,3

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	170/5	5,2	8,6	23,0	191,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,5	0,3	22,7	107,4
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,11	0	15,03	60,77
Итого за прием пищи:		8,81	8,9	60,73	359,27
Всего за день:		50,91	54,9	224,53	1609,17

Стоимость 210руб

Стоимость 210 руб