



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

23.04.2026

Детский сад № 253

г.о. Самара

Категория: сад (3-10 лет)

Диета: без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

23.04.2026

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

малая группа

Диета: без диет

день 9



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

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	200/6	5,9	8,9	25,4	204,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,6	9,3	16,3	158,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	4,5	4,7	19,6	139,0
Итого за прием пищи:		13,0	22,9	61,3	501,7

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	10,8	51,9
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	10,8	51,9

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	50/2	0,7	2,4	5,0	45,6
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,7	7,7	18,3	158,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	14,5	14,3	19,1	263,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,1	0,5	26,2	126,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		22,0	24,9	77,3	628,3

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,7	40,5	228,9
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,3	55,6
Итого за прием пищи:		6,4	4,7	53,8	284,5

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5	2,7	4,4	17,2	118,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	4,3	0,4	28,4	134
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,81	43,64
Итого за прием пищи:		7,7	7,5	58,71	332,34
Всего за день:		49,5	60,4	261,91	1798,74

Стоимость 210 руб

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтра

КАША "ДРУЖБА"	150/4	4,6	7,2	20,2	165,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,4	2,5	12,4	82,3
Итого за прием пищи:		8,8	16,3	44,2	360,6

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	2	4,0	38,3
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,1	5,0	13,7	109,3
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11,5	11,3	16,9	217,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8	0	0	7,6	30,4
Итого за прием пищи:		16,2	18,6	54,9	456,3

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,0	4,1	37,0	207,7
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	170/11	0,1	0	11,8	49,5
Итого за прием пищи:		6,1	4,1	48,8	257,2

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,5	2,2	1,9	29,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155	3,8	3,9	24	145,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,1	0	14,81	59,34
Итого за прием пищи:		7,4	6,3	60,21	327,04
Всего за день:		38,9	45,7	217,91	1448,14

Стоимость 210 руб