



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
23.07.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория:сад (до 7 лет)

Диета: без диет

день 3

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/4/14	14,0	11,0	21,5	243,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,3	6,6	15,2	130,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,4	4,7	17,1	128,5
Итого за прием пищи:		20,7	22,3	53,8	502,4

II Завтрак

РЯЖЕНКА	120	3,9	3,3	5,5	70,4
Итого за прием пищи:		3,9	3,3	5,5	70,4

Обед

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	21	0,2	0	0,8	5,2
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/12	3,9	6,0	21,0	157,6
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ЦЕ	50	12,1	14,2	4,8	195,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155/5	5,68	4,96	32,36	197,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,4	0,5	21,7	104,6
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		25,28	25,66	90,36	699,08

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,2	4,7	40,5	229,5
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/11	0,1	0	11,4	47,4
Итого за прием пищи:		6,3	4,7	51,9	276,9

Ужин

КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200/5	6,1	9,6	22,1	199,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,3	19,7	93
ЧАЙ С САХАРОМ	200/13	0,1	0	12,8	51,7
Итого за прием пищи:		9,2	9,9	54,6	343,9
Всего за день:		65,38	65,86	256,16	1892,68

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
23.07.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория:старшая младшая группа

Диета: без диет

день 3

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/14		12,1	9,6	18,3	210,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7		1,8	6,6	11,6	112,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/9		3,5	3,7	15,2	109,4
Итого за прием пищи:			17,4	19,9	45,1	432,4

II Завтрак

РЯЖЕНКА	100		3	2,5	4,2	54
Итого за прием пищи:			3	2,5	4,2	54

Обед

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	20		0,2	0	0,8	4,8
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	130/5		2,6	3,0	13,4	92,8
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ЦЕ	50		7,6	8,9	4,9	130,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100/3		3,8	2,8	24	135,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,7	0,2	10,6	51
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180/9		0	0	9	36
Итого за прием пищи:			15,9	14,9	62,7	450,2

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50		6,0	4,1	37,0	207,7
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10		0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:			6,1	4,1	47,2	250,4

Ужин

КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200		6	9,5	21,6	195,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	25		1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1	0	9,2	37,3
Итого за прием пищи:			8,0	9,7	43,3	292,2
Всего за день:			50,4	51,1	202,5	1479,2

Стоимость 210 р