



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
23.10.2025г.

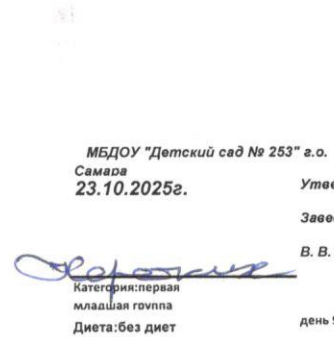
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	Масса порции	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак				
КАША "ДРУЖБА"	200/6	6,2	10,0	220,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10/30	2,5	9,2	156,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,6	3,7	121,2
Итого за прием пищи:		12,3	22,9	497,7
II Завтрак				
ЯБЛОКИ	81	0,3	0,3	38,4
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	38,4
Обед				
ИКРА МОРКОВНАЯ	50/2	0,7	2,5	46,1
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,7	7,8	158,4
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170/4	16,4	15,8	284,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	6,1	0,8	187,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	34,8
Итого за прием пищи:		25,9	26,9	711,4
Полдник				
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,7	228,5
Итого за прием пищи:		6,3	4,7	228,5
Ужин				
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	27	0,5	2,4	32,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5	2,7	4,3	118,3
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	63	4,7	0,4	145
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	43,82
Итого за прием пищи:		8,0	7,1	339,42
Всего за день:		52,8	61,9	1815,42

Стоимость 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
23.10.2025г.

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

день 9

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	150/5	6,4	9,3	26,2	215,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	3,6	3,7	13,6	103,0
Итого за прием пищи:		11,8	19,2	51,6	428,5
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	85	0,3	0,3	7,3	35,2
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,3	35,2
Обед					
ИКРА МОРКОВНАЯ	40/2	0,7	1,6	4,2	35,4
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150/5	2,1	4,8	13,4	106,9
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	10,9	10,6	16,9	207,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8	0	0	8,1	32,2
Итого за прием пищи:		15,7	17,3	55,3	443,1
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,0	4,1	37,2	207,2
Итого за прием пищи:		6,0	4,1	37,2	207,2
Ужин					
СОУС ТОМАТНЫЙ ОВОЩНОЙ	20	0,2	0,7	1,9	14,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	3,8	4,5	24	151,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,1	0	14,8	59,28
Итого за прием пищи:		7,1	5,4	60,2	316,58
Всего за день:		40,9	46,3	211,6	1430,58

Стоимость 210 руб