



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

24.02.2026 г.

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (до 7 лет)

Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции	белк и г	Жиры г	углевод г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	5,5	8,5	20,2	180,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,3	9,1	14,2	147,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	4,2	4,4	19,0	132,6
Итого за прием пищи:		12,0	22,0	53,4	460,6
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	4	4,4	6,4	81,5
Итого за прием пищи:		4	4,4	6,4	81,5
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	60/3	0,8	3,5	3,9	51,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	5,7	15,5	126,4
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	80/2	8,1	7,8	6,2	127,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130/4	4,8	4,1	29,3	173,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	48	3,2	0,4	20,5	98,6
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180/9	0,7	0	15,4	65,3
Итого за прием пищи:		20,2	21,5	90,8	642,3
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	34	2,5	3,3	25,3	141,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,5	3,3	35,0	180,3
Ужин					
ИКРА ОВОЩНАЯ	45	0,7	3,9	3,9	52,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,7	5,5	16,0	124,7
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	38	2,9	0,2	18,8	89
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		6,4	9,6	49,0	309,6
Всего за день:		45,1	60,8	234,6	1674,3

Стоимость 210 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

24.02.2026 г.

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	белк г	жиры г	углевод г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	155/5	5,6	8,5	20,2	180,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	1,9	4,9	12,5	102,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	4,2	4,4	18,6	130,9
Итого за прием пищи:		11,7	17,8	51,3	413,7
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,1	3,4	5	64
Итого за прием пищи:		3,1	3,4	5	64
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	40/2	0,5	2,4	2,6	34,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	150/3/9	1,9	4,2	11,3	92,7
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА КУР	60/2	7,8	7,6	4,8	118,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100/3	3,7	3,1	22,7	134,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150/7	0,6	0	13,1	55,3
Итого за прием пищи:		16,5	17,6	67,2	496,7
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,3	24,8	139
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,5	3,3	34,5	177,7
Ужин					
ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,5	2,4	2,7	34,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,4	5,1	15,0	115,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	35	2,6	0,2	17,1	80,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	180/9	0,1	0	9,4	39,7
Итого за прием пищи:		5,6	7,7	44,2	270,4
Всего за день:		39,4	49,8	202,2	1422,5

Стоимость 210 руб.