

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

24.04.2025г

МБДОУ
"Детский сад
№ 253"
г.о. Самара

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

Самара

24.04.2025г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

Категория: первая

младшая группа

Диета: без диет

Диета: без диет		Общая энергетическая ценность		Общая энергетическая ценность		Общая энергетическая ценность		Общая энергетическая ценность		Общая энергетическая ценность		
Наименование блюда	Масса порции	Жиры г	Углевод г	Энергетическая ценность ккал	Наименование блюда	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углевод г	Энергетическая ценность ккал	Энергетическая ценность ккал	
Завтрак						Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	9,0	32,0	234,7	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,4	7,3	24,0	179,8	
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10/30	2,8	9,3	17,4	164,5	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,5	11,6	112,0	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,6	3,7	18,2	121,9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,4	2,5	12,6	82,4	
Итого за прием пищи:		12,7	22,0	67,6	521,1	Итого за прием пищи:		8,6	16,3	48,2	374,2	
II Завтрак						II Завтрак						
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4	ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4	
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4	Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4	
Обед						Обед						
ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,7	1,9	4,4	39,1	ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,6	1,9	4,1	37,1	
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,8	7,0	18,4	152,4	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150/5	2,1	4,8	14,0	109,6	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	16,9	16,3	19,1	291,7	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,5	16,9	17,0	290,1	
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,8	0,5	24,5	117,8	ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,7	34,8	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8	0	0	7,8	30,9	
Итого за прием пищи:		24,2	25,7	75,1	635,8	Итого за прием пищи:		22,2	23,9	55,6	528,9	
Полдник						Полдник						
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,2	4,7	40,4	228,4	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	6,2	4,6	37,4	214,1	
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,1	54,3	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	170/11	0,1	0	11,2	46,6	
Итого за прием пищи:		6,3	4,7	53,5	282,7	Итого за прием пищи:		6,3	4,6	48,6	260,7	
Ужин						Ужин						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	30/2	0,6	1,7	2,7	29,0	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	30/2	0,6	2,0	2,7	31,4	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5	2,7	4,3	17,1	118,3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	3,8	3,7	24	143,8	
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	4,1	0,3	26,8	126,4	ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9	
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,92	43,94	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,11	0	14,82	59,44	
Итого за прием пищи:		7,51	6,3	57,52	317,64	Итого за прием пищи:		7,51	5,9	61,02	326,54	
Всего за день:		51,11	59,1	262,32	1798,64	Всего за день:		45,01	51,1	222,02	1531,74	

Стоимость 210 руб

Стоимость 210 руб