

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
24.06.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-6 лет)
Диета: без диеты

Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары
24.06.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа
Диета: без диеты

Наименование блюда	масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г

						Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,0	27,7	219,1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6	8,9	22,4	194,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,5	6,8	16,7	138,2	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,6	11,6	112,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	16,3	125,5	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,0	4,2	14,9	115,1
Итого за прием пищи:		13,7	20,5	60,7	482,8	Итого за прием пищи:		11,8	19,7	48,9	422,1
II Завтрак						II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	110	3,1	3,4	5	64	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	2,8	3,1	4,6	58,2
Итого за прием пищи:		3,1	3,4	5	64	Итого за прием пищи:		2,8	3,1	4,6	58,2
Обед						Обед					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,8	1,8	2,2	28,1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,8	2,1	2,4	31,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200	1,9	5,1	10,0	98,2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	130	1,5	3,3	7,4	67,0
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	14,4	15,4	9,5	232,8	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,7	13,2	9,8	201,8
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,9	0,5	25,2	121,2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	8,9	35,9	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,2	37,1
Итого за прием пищи:		24,1	26,27	77,05	644,02	Итого за прием пищи:		18,8	22,27	60,65	516,52
Полдник						Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,2	24,6	137,6	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,5	3,2	34,3	176,3	Итого за прием пищи:		2,3	2,9	32,0	163,8
Ужин						Ужин					
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	9,8	6,3	14,1	151,9	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	7,0	6,2	14,0	137,5
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,3	1,7	3,3	30,7	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,3	1,8	2,3	26,2
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	3,5	0,3	22,9	108,1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80,0	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	15,7	75,4
Итого за прием пищи:		14,1	8,5	57,0	370,7	Итого за прием пищи:		9,7	8,4	44,5	298,3
Всего за день:		57,5	61,87	234,05	1737,82	Всего за день:		45,4	56,37	190,65	1458,92

Стоимость 210 руб

Стоимость 210 руб