

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
24.10.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без диет

день
10

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/7/3	11,8	8,7	25,7	228,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,4	9,2	15,3	153,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,3	118,0
Итого за прием пищи:		18,1	21,9	57,3	499,7
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	140/6	4,2	3,6	14,1	109,6
Итого за прием пищи:		4,2	3,6	14,1	109,6
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	20 *	0,2	0	0,5	2,7
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2/1 3	2,7	6,7	15,0	135,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	11,8	12,8	9,4	200,4
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/6	3,5	5,3	20,7	143,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4	0,5	25,4	122,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,5
Итого за прием пищи:		22,3	25,3	81,0	645,6
Полдник					
ПРЯНИКИ	36	2,1	1,7	27,2	133
Итого за прием пищи:		2,1	1,7	27,2	133
Ужин					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200/6	9,4	10,5	34,5	271,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,7	0,4	30,5	143,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,9	43,81
Итого за прием пищи:		14,2	10,9	75,9	458,71
Всего за день:		60,9	63,4	255,5	1846,6

Стоимость 210 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
24.10.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день
10

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность ккал
Зав					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/3/3	11,3	8,2	26,4	225,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,4	14,7	125,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,4	119,0
Итого за прием пищи:		17,4	18,6	57,5	469,9
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/6	3	2,6	9,7	77,4
Итого за прием пищи:		3	2,6	9,7	77,4
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	30	0,2	0	0,5	2,7
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/4/6	2,2	5,6	11,3	107,5
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8,1	9,9	9,5	160,6
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	3,4	4,9	20,3	138,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/10	0,1	0	10,2	43,8
Итого за прием пищи:		16,0	20,7	64,5	514,5
Полдник					
ПРЯНИКИ	37	2,2	1,7	27,5	134,2
Итого за прием пищи:		2,2	1,7	27,5	134,2
Ужин					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	155/5	6,7	7,9	25,4	199,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	11,0	44,21
Итого за прием пищи:		9,8	8,1	55,9	335,71
Всего за день:		48,4	51,7	215,1	1531,7

Стоимость 210 руб