



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
24.12.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: садик (до 7 лет)
Дети: без диеты



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
24.12.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: садик (до 7 лет)
Дети: без диеты

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/14	7,6	7,8	19,7	179,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,1	9,1	13,3	142,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,8	131,4
Итого за прием пищи:		14,2	21,6	50,8	454,2

II Завтрак					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/15	0,1	0	15,3	63,2
Итого за прием пищи:		0,1	0	15,3	63,2

Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/7/3	2,3	4,6	17,0	122,6
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50/1	11,5	11,6	4,8	170,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,7	4,8	34,9	206,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,9	43,89
Итого за прием пищи:		23,5	23,7	92,0	681,39

Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,2	4,7	40,5	229,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,2	4,7	50,2	268,2

Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,4	20,9	191,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	3,2	0,3	21,1	99,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,3	47,0
Итого за прием пищи:		9,2	9,7	53,3	338,7
Всего за день:		53,2	59,7	261,6	1805,69

Стоимость 210 р

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------

Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	19,0	13,4	22,8	290,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,7	11,8	115,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,7	130,9
Итого за прием пищи:		25,3	24,8	52,3	536,7

II Завтрак					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/15	0,1	0	15,1	62,4
Итого за прием пищи:		0,1	0	15,1	62,4

Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	1,9	2,8	31,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7/2	1,7	3,3	12,9	90,7
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	7,8	8,1	5,0	123,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	3,0	15	97,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,1	0	11,2	44,99
Итого за прием пищи:		14,5	16,6	59,6	449,09

Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,0	4,0	37,1	207,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,0	4,0	46,8	245,7

Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,8	22,3	202,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,6	48,1
Итого за прием пищи:		9,9	10,1	58,2	365,3
Всего за день:		55,8	55,5	232,0	1659,19

Стоимость 210 р