



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

25.02.2025г

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

Наименование блюда	Масса порции	белк и г	Жиры г	углево ды г	Энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	----------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	6,1	9,1	21,0	192,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/7	2,4	6,7	15,6	132,7
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,12	0	10,84	43,85
Итого за прием пищи:		8,62	15,8	47,44	368,55

II Завтрак

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,5	3,9	5,7	72,8
Итого за прием пищи:		3,5	3,9	5,7	72,8

Обед

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ	30	0,4	2,9	2,5	38,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	4,7	15,6	118,3
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80	11,5	10,7	6,2	167,3
СОУС ТОМАТНЫЙ ОВОЩНОЙ	30	0,3	1,2	2,1	20,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	4,0	30,2	175,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	49	3,4	0,5	22,1	106,1
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180/9	0,7	0	15,4	65,6
Итого за прием пищи:		23,7	24,0	94,1	691,4

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,2	24,5	137,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,5	3,2	34,2	176,2

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	205	5,6	7,9	17,2	162,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	34	2,6	0,2	17	80,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		8,3	8,1	44,5	285,6
Всего за день:		46,62	55,0	225,94	1594,55

Стоимость 179 руб.

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

25.02.2025г

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углев оды г	энергет ическая ценност ь г
--------------------	--------------	----------	--------	-------------	-----------------------------

Зав тра

КАША "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150/4	5,8	7,8	19,7	173,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	1,9	4,9	12,5	102,2
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,12	0	11,14	45,05
Итого за прием пищи:		7,82	12,7	43,34	320,25

II Завтрак

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,5	3,9	5,7	72,8
Итого за прием пищи:		3,5	3,9	5,7	72,8

Обед

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ	30	0,4	3	2,9	40,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ, СО СМЕТАНОЙ	150	2,2	4,3	11,8	98,1
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	60	9,1	8,8	4,6	132,5
СОУС ТОМАТНЫЙ ОВОЩНОЙ	20	0,2	0,5	1,3	11,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,6	2,9	23,1	133,2
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150/7	0,6	0	12,8	54,3
Итого за прием пищи:		18,1	19,8	69,2	531,2

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,2	24,6	138,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,5	3,2	34,3	176,8

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	155	4,1	5,7	13,1	121,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	3,3	0,3	21,9	103,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	180/9	0,1	0	8,9	37,7
Итого за прием пищи:		7,5	6,0	43,9	262,7
Всего за день:		39,42	45,6	196,4	1363,75

Стоимость 179 руб.