

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
Самара
25.04.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)

день
10

Диета: без diet

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/3/3	17,7	11,8	28,9	295,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,7	9,3	16,7	160,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,2	118,2
Итого за прием пищи:		24,3	25,1	61,8	574,1

II Завтрак

ЯБЛОКИ	119	0,5	0,5	11,7	56
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,7	56

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30	0,3	0	0,5	4,2
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2/13	2,8	6,8	15,1	137,3
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	11,4	12,4	9,4	195,8
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	5,7	4,7	33,3	198
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,7	0,5	23,7	114,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,8
Итого за прием пищи:		24,0	24,4	92,0	691,2

Полдник

ПРЯНИКИ	34	2	1,6	25,8	125,9
РЯЖЕНКА	143	4,3	3,6	6	77,5
Итого за прием пищи:		6,3	5,2	31,8	203,4

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200	8,6	9,7	33,4	255,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3,8	0,3	24,9	117,6
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,82	43,69
Итого за прием пищи:		12,51	10,0	69,12	416,79
Всего за день:		67,61	65,2	266,42	1941,49

Стоимость 210 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
Самара
25.04.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без diet

день
10

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/3/3	17,9	11,6	29,8	298,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,2	11,4	108,5
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,6	3,7	14,9	108,9
Итого за прием пищи:		23,2	21,5	56,1	515,6

II Завтрак

ЯБЛОКИ	119	0,5	0,5	11,7	56,1
Итого за прием пищи:		0,5	0,5	11,7	56,1

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30	0,3	0	0,5	4,2
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,1	5,4	11,3	105,3
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	8,1	9,9	9,5	160,6
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	5,7	4,7	33,3	198
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	8,9	37,5
Итого за прием пищи:		18,3	20,3	76,2	566,8

Полдник

ПРЯНИКИ	34	2	1,6	25,8	125,9
РЯЖЕНКА	143	4,3	3,6	6	77,4
Итого за прием пищи:		6,3	5,2	31,8	203,3

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	155/5	6,7	7,9	25,4	199,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	56	4,1	0,3	27,1	127,7
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	11,02	44,29
Итого за прием пищи:		10,91	8,2	63,52	371,59
Всего за день:		59,21	55,7	239,32	1713,39

Стоимость 210 руб