



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
25.06.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-6 лет)

Диета: без диет

день 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	15,6	11,9	20,8	253,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,6	6,8	17,1	140,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	130,8
Итого за прием пищи:		22,7	23,4	55,5	524,8
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100	4,6	3,9	11,3	103,7
Итого за прием пищи:		4,6	3,9	11,3	103,7
Обед					
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,8	5,8	20,9	155,8
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ЦБ	50	12,7	14,0	4,8	195,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	0,5	25,9	124,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		26,0	25,1	92,6	705,6
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,1	4,6	40,5	227,1
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		6,2	4,6	50,7	269,8
Ужин					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200/5	6,1	9,5	22,1	198,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24	113
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,9
Итого за прием пищи:		9,9	9,8	56,0	351,4
Всего за день:		69,4	66,8	266,1	1955,3

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
25.06.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 3

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	12,3	9,9	19,8	219,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,6	11,6	112,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	15,5	111,1
Итого за прием пищи:		17,7	20,2	46,9	443,2
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100	2,9	2,5	9	73
Итого за прием пищи:		2,9	2,5	9	73
Обед					
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	130	2,6	3,0	13,4	92,8
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ЦБ	50	8,0	9,2	5,0	134,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	3,3	3,9	24,5	146,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180/9	0	0	9	36
Итого за прием пищи:		15,6	16,3	62,5	460,8
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	5,6	3,8	37,0	203,3
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		5,7	3,8	47,2	246,0
Ужин					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6	9,5	21,6	195,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,2	37,2
Итого за прием пищи:		8,0	9,7	43,3	292,1
Всего за день:		49,9	52,5	208,9	1515,1

Стоимость 210 р