



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
25.07.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140/4	14,9	13,3	22,2	270,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,3	64,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,5	6,8	16,2	135,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,8	131,7
Итого за прием пищи:		23,1	28,2	63,5	602,0

II Завтрак

ЯБЛОКИ	99	0,4	0,4	8,6	41,2
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,2

Обед

СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/12	2,2	5,7	13,0	117,1
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	12,3	11,7	9,9	195,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125/5	2,9	5,0	13,0	110,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	0,5	23	110,8
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/11	0,1	0	10,9	46,0
Итого за прием пищи:		21,1	22,9	69,8	579,5

Полдник

ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	35	2,2	1,8	28,2	137,5
КЕФИР С САХАРОМ	150/4	4,3	3,7	11,9	102,8
Итого за прием пищи:		6,5	5,5	40,1	240,3

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	5,9	6,3	19,9	160,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	52	4	0,3	26,1	123,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200/13	0,1	0	11,8	48,0
Итого за прием пищи:		10,0	6,6	57,8	331,7

Всего за день: 61,1 63,6 239,8 1794,7

Стоимость 210 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
25.07.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	145/4	11,5	11,8	22,1	240,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,3	7,5	64,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/9	3,6	3,7	15,5	111,1
Итого за прием пищи:		18,1	25,4	56,7	528,0

II Завтрак

ЯБЛОКИ	84	0,3	0,3	8,2	39,3
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	8,2	39,3

Обед

СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	130/4	1,3	3,5	8,4	72,9
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	6,6	6,9	10,0	128,7
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100/4	2,3	4,3	10,5	91,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/10	0,1	0	9,9	41,2
Итого за прием пищи:		12,0	14,9	49,4	385,1

Полдник

ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	30	1,8	1,4	22,5	109,8
КЕФИР С САХАРОМ	110/5	3,2	2,8	9,5	79
Итого за прием пищи:		5,0	4,2	32,0	188,8

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	190	5,6	6,2	18,7	153,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,2	37,4
Итого за прием пищи:		7,6	6,4	40,4	250,3

Всего за день: 43,0 51,2 186,7 1391,5

Стоимость 210 руб