



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

25.09.2025г.

г.о. Самара

Категория: сад (с/д/д/л) *

Диета: без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

Самара

25.09.2025г.

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

младшая группа

Диета: без диет

день 9



Наименование блюда	Масса порции		Жиры г	углевод ы г	Энергет ическая ценност ь г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	200/5		5,9	8,8	25,4	203,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7		2,7	6,8	17,6	142,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10		4,4	4,7	17,3	129,3
Итого за прием пищи:			13,0	20,3	60,3	475,4
II Завтрак						
ЯБЛОКИ	82		0,3	0,3	8,1	38,9
Итого за прием пищи:			0,3	0,3	8,1	38,9
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	24		0,2	0	0,6	3,3
СУП, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/7/3	*	2,8	5,4	17,8	136,8
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150/3		12,4	12,1	16,5	226,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,8	0,5	24,3	117
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180/10		0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:			19,2	18,0	68,9	522,1
Полдник						
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70		6,3	4,8	40,5	229,5
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,9	0,2	18,2	77,5
Итого за прием пищи:			7,2	5,0	58,7	307,0
Ужин						
СВЕКЛА ПОРЦИОННО	40		0,6	0	3,2	15,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5		2,7	4,3	17,1	118,3
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55		4,1	0,3	26,6	125,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200/12		0,1	0	11,8	48,0
Итого за прием пищи:			7,5	4,6	58,7	307,2
Всего за день:			47,2	48,2	254,7	1650,6

Стоимость 210 руб

Наименование блюда	масса порци и	белки г	жиры г	углевод ы г	энергет ическая ценност ь г
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	150/4	5,3	8,1	24,3	191,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,9	4,9	12,5	102,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/10	3,4	3,7	15,1	108,5
Итого за прием пищи:		10,6	16,7	51,9	402,6
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	88	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2	0	0,6	3,4
СУП, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150/7/2	2,3	6,1	14,8	124,0
ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	150/3	12,9	13,2	21,5	256,5
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		17,4	19,6	59,3	483,8
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	80	10,7	14,5	36,5	318,9
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,1	14,84	64,49
Итого за прием пищи:		11,45	14,65	51,34	383,4
Ужин					
СВЕКЛА ПОРЦИОННО	33	0,5	0	2,7	13
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	3,8	4,5	24	151,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		6,3	4,7	49,2	263,6
Всего за день:		46,15	56,05	220,35	1574,8

Стоимость 210 руб