



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

26.01.2026

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория:сад (с3до7лет)

Диета:без диет

день 6

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,5	10,0	32,4	247,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/7	2,1	6,9	13,5	124,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	4,7	5,0	17,8	134,8
Итого за прием пищи:		13,3	21,9	63,7	506,7

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	130	0,7	0,1	13,4	56,8
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,4	56,8

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35/2	0,3	1,9	0,9	23,2
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/2/11	2,6	6,8	12,3	124,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60/2	7,8	7,8	3,3	114,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,4	5,7	21,7	151,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,4	0,5	21,7	104,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,6	50,4
Итого за прием пищи:		17,5	22,7	72,5	567,9

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	45/10/7	5,4	10,0	15,2	171,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,09	0	10,87	43,66
Итого за прием пищи:		5,49	10,0	26,07	215,56

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	28	0,5	2,4	2,1	32
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5	3,3	4,5	21	137,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	22	1,7	0,1	11,1	52,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		5,6	7,0	44,5	265,0
Всего за день:		42,59	61,7	220,17	1611,96

Стоимость 210руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

26.01.2026

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория:первая

Диета:без диет

ден

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,4	7,6	24,1	182,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,7	11,8	115,2
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,6	3,7	14,9	108,3
Итого за прием пищи:		9,8	18,0	50,8	406,1

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,8	41,7
Итого за прием пищи:		0,5	0,1	9,8	41,7

Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	25	0,3	1,3	0,7	15,7
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	100/4/5	1,5	5,0	6,9	80,1
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	60/2	7,1	7,3	3,1	107,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/4	2,0	3,4	14,5	98,2
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/13	0	0	12,9	51,6
Итого за прием пищи:		12,9	17,3	50,8	414,5

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ, С МАСЛОМ	40	4,1	6,8	13,4	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,09	0	11,17	44,86
Итого за прием пищи:		4,19	6,8	24,57	175,86

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,5	2,3	2	30,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	2,8	3,5	18,2	116,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180/9	0,1	0	9,5	40,0
Итого за прием пищи:		5,7	6,0	44,8	257,6
Всего за день:		33,09	48,2	180,77	1295,76

Стоимость 210 руб