



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

26.03.2026г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3-7 лет)

Диета: без diet

день 9

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

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	200/6	5,9	8,9	25,4	204,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,5	9,2	15,6	154,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,6	3,7	18,1	121,2
Итого за прием пищи:		12,0	21,8	59,1	480,4

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	10,3	49,5
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	10,3	49,5

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	50/2	0,7	2,4	5,1	45,5
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,7	7,7	18,3	157,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	12,5	12,4	19,1	238,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	43	2,9	0,4	18,6	89,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	8,7	35
Итого за прием пищи:		18,8	22,9	69,8	566,0

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,7	40,5	229,1
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	13,3	55,5
Итого за прием пищи:		6,4	4,7	53,8	284,6

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,5	2,6	2,2	34,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5	2,7	4,4	17,2	118,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	3,6	0,3	23,9	112,4
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,9	43,99
Итого за прием пищи:		6,9	7,3	54,2	309,59
Всего за день:		44,5	57,1	247,2	1690,09

Стоимость 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

26.03.2026

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без diet

день 9

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтра

КАША "ДРУЖБА"	150/4	4,6	7,3	19,9	164,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,4	11,7	111,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,4	2,5	12,0	80,3
Итого за прием пищи:		8,8	16,2	43,6	355,7

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	47,1
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,8	47,1

Обед

ИКРА МОРКОВНАЯ	40/2	0,7	1,8	4,7	38,7
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,1	4,9	13,3	107,2
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11,5	11,5	16,9	218,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/8	0	0	7,9	31,4
Итого за прием пищи:		16,3	18,5	55,5	456,8

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	5,7	3,8	37,1	203,7
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	170/11	0,1	0	11,6	48,5
Итого за прием пищи:		5,8	3,8	48,7	252,2

Ужин

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,5	2,2	1,9	29,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155	3,8	3,5	24	142,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,1	0	14,8	59,29
Итого за прием пищи:		7,4	5,9	60,2	322,99
Всего за день:		38,7	44,8	217,8	1434,79

Стоимость 210 руб