

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
26.05.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	----------------	---------	--------	------------	---------------------------

САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	20	0,7	1,1	1,5	18,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	6,1	12,8	1,5	145,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,2	6,7	14,5	126,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,2	4,4	17,0	124,4
Итого за прием пищи:		13,2	25,0	34,5	415,3

II Завтрак

КИСЕЛЬ СМОРОДИНЫ С/М	120	0,1	0	9,0	37,3
Итого за прием пищи:		0,1	0	9,0	37,3

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	23	0,4	2	1,7	27
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,5	5,5	17,1	142,3
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ЦБ	60	9,4	10,0	3,0	139,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	4,3	4,5	27,4	167,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,1	101,4
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		22,9	22,4	80,0	616,4

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	5,3	3,9	16	120,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,8
Итого за прием пищи:		5,4	3,9	25,9	160,7

Ужин

ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	25	0,2	0	0,4	3,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	5,3	22,7	152,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	24	1,9	0,2	12,5	58,8
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		5,5	5,5	45,8	257,1
Всего за день:		47,1	56,8	195,2	1486,8

Стоимость меню 210 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
26.05.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность г
--------------------	----------------	---------	--------	------------	---------------------------

САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	20	0,6	0,9	1,6	16,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	6,1	12,1	1,5	139,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,7	6,7	11,5	113,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	15,2	109,6
Итого за прием пищи:		12,0	23,4	29,8	379,3

II Завтрак

КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	120	0,1	0	9,4	39,5
Итого за прием пищи:		0,1	0	9,4	39,5

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,9
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	120	3,0	3,6	10,0	85,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ЦБ	60	6,7	7,3	3,1	106,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	4,3	4,9	27,4	170,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,8	51,9
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,2
Итого за прием пищи:		16,3	18,7	62,4	485,5

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	4,9	3,9	13,3	107,9
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,0	36,3
Итого за прием пищи:		5,0	3,9	22,3	144,2

Ужин

ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	24	0,2	0	0,4	3,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,6	5,7	24,9	164,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	25	1,9	0,2	12,8	60,3
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	180	0,1	0	9,4	39,3
Итого за прием пищи:		5,8	5,9	47,5	267,6
Всего за день:		39,2	51,9	171,4	1316,1

Стоимость меню 210 руб.