



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
26.05.2026

Заведующий
В. В. Коротких

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
26.05.2026

Утверждаю:
Заведующий
В. В. Коротких



Категория:сад(3до7лет)		Диета:без диет		день 1		Диета:без диет		день 1		энергети	
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углевод г	Энергетическая ценность г	Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод г	энергетическая ценность г
Завтрак											
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200/5	6,7	9,1	27,7	219,4	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	150/4	6	9,1	22,4	196,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,7	9,3	17,2	163,0	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,3	11,7	111,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,8	5,0	16,8	131,3	КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	4,0	4,2	14,5	113,7
Итого за прием пищи:		14,2	23,4	61,7	513,7	Итого за прием пищи:		11,8	19,6	48,6	421,0
II Завтрак											
СОК ФРУКТОВЫЙ	120	0,6	0,1	11,5	49,2	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,6	0,1	10,8	45,9
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,5	49,2	Итого за прием пищи:		0,6	0,1	10,8	45,9
Обед											
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	27	0,5	2,5	2,1	33	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	27	0,5	2,4	2,1	32,7
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/2	2,1	8,2	13,3	143,3	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	100/8	1,2	4,2	6,7	72,2
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/4	20,0	20,0	9,5	296,3	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60/4	9,8	11,1	8,1	171,1
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	3,8	4,4	27,3	163,8	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/3	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,9	0,5	25,2	121,4	ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		30,3	35,6	87,1	796,5	Итого за прием пищи:		16,5	21,47	60,55	503,72
Полдник											
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
НАПИТОК ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	200/15	0,2	0,1	15,8	65,3	НАПИТОК ИЗ СМОРОДИНЫ С/М	200/15	0,2	0,1	15,9	65,9
Итого за прием пищи:		2,5	3,0	38,1	190,4	Итого за прием пищи:		2,5	3,0	38,2	191,0
Ужин											
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	70/4	1,6	3,5	9,8	77,3	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	70/4	1,4	3,4	9,8	75,5
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80/5	17,9	10,2	11,7	209,4	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60/3	9,9	6,0	9,6	130,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	4,4	0,4	28,9	136,2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,5	0,3	22,7	107,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,1	0	11,79	47,76	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,1	0	11,89	48,06
Итого за прием пищи:		24,0	14,1	62,19	470,66	Итого за прием пищи:		14,9	9,7	53,99	361,66
Всего за день:		71,6	76,2	260,59	2020,46	Всего за день:		46,3	53,87	212,14	1523,28

Стоимость меню 210 руб.

Стоимость меню 210 руб

Стоимость меню 210 руб.