



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
26.06.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
26.06.2025
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,7	27,1	211,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,2	6,7	14,5	126,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,3	125,1
Итого за прием пищи:		12,9	20,1	57,9	463,4
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	72	0,3	0,3	7,1	33,9
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,1	33,9
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	26	0,2	0	0,7	3,7
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,3	4,8	11,3	102,4
ПЛОВ	150/2	13,9	14,5	34,4	322,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,3	0,4	20,8	100,3
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		19,7	19,7	75,9	564,1
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,4	2,8	37,6	196,3
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	4,5	4,9	7,3	93,1
Итого за прием пищи:		9,9	7,7	44,9	289,4
Ужин					
СВЕКЛА ПОРЦИОННО	38	0,5	0	3,1	14,8
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200/5	3,0	5,5	23,0	153,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	47	3,7	0,3	24	113,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,8
Итого за прием пищи:		7,3	5,8	60,0	321,9
Всего за день:		50,1	53,6	245,8	1672,7

Стоимость 210 руб

Диета: без диет					
день 4					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,7	9,2	23,6	199,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,6	11,6	112,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	4,1	14,1	110,3
Итого за прием пищи:		11,3	19,9	49,3	422,6
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	71	0,3	0,3	7	33,7
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7	33,7
Обед					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	25	0,2	0	0,6	3,6
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130	1,6	3,3	7,8	68,9
ПЛОВ	150	12,6	13,9	33,9	309,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,3	33,2
Итого за прием пищи:		16,4	17,5	63,3	476,2
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	6,4	3,3	36,3	198,7
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87,3
Итого за прием пищи:		10,7	8,0	43,2	286,0
Ужин					
СВЕКЛА ПОРЦИОННО	24	0,4	0	2	9,6
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	170/5	2,6	6,0	19,6	143,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	26	2	0,2	12,9	60,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,8
Итого за прием пищи:		5,1	6,2	44,4	254,0
Всего за день:		43,8	51,9	207,2	1472,5

Стоимость 210 руб