



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
26.09.2025



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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/15	13,8	13,2	28,5	289,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,7	6,8	17,6	142,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,6	4,8	16,4	127,6
Итого за прием пищи:		21,1	24,8	62,5	559,0

II Завтрак

ЯБЛОКИ	69	0,3	0,3	6,9	32,9
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	6,9	32,9

Обед

СУП С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/12	2,9	4,9	15,8	126,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	90	11,5	13,9	14,5	229,7
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	4,7	4,5	27,5	169,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,5	24,3	117
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/12	0,1	0	11,8	49,5
Итого за прием пищи:		23,0	23,8	93,9	691,5

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	55/25	2,3	0,2	31,2	135,6
КЕФИР С САХАРОМ	115/11	3,4	2,9	11,2	87,6
Итого за прием пищи:		5,7	3,1	42,4	223,2

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200	8,6	9,6	33,2	254,2
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	24	1,7	0,2	11,7	55,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200/13	0,1	0	12,9	52,0
Итого за прием пищи:		10,4	9,8	57,8	361,8
Всего за день:		60,5	61,8	263,5	1868,4

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

Зав

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/15	15,5	17,7	22,9	314,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,9	4,9	12,5	102,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4	4,4	16,1	120,2
Итого за прием пищи:		21,4	27,0	51,5	536,6

II Завтрак

ЯБЛОКИ	70	0,3	0,3	6,9	33,1
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	6,9	33,1

Обед

СУП С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО СМЕТАНОЙ	150/6/2	2,5	6,1	13,9	121,6
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	95	10,3	16,5	14,1	247,4
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	5,7	4,7	33,3	198
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/9	0,1	0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:		20,6	27,6	84,0	669,9

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/15	1,2	0,1	16,9	73,0
КЕФИР С САХАРОМ	105	2,9	2,5	9,1	73,8
Итого за прием пищи:		4,1	2,6	26,0	146,8

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200	8,8	8,5	37,0	260,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с. 0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	10,0	40,3
Итого за прием пищи:		10,8	8,7	59,5	359,9
Всего за день:		57,2	66,2	227,9	1746,3

Стоимость 210 руб

Стоимость 210 руб