



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
26.11.2025

Коротких

Категория: сад (3-7 лет)
Диета: без диет

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

День 3					
Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/14	17,1	12,7	22,4	274,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	3,1	9,5	19,3	174,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,6	4,7	17,9	132,0
Итого за прием пищи:		24,8	26,9	59,6	580,4
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/5	4,1	3,6	11,6	99,0
Итого за прием пищи:		4,1	3,6	11,6	99,0
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/7/3	2,3	4,8	17,1	125,1
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50/1	13,0	13,2	4,8	190,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,7	4,8	34,9	206,1
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,8	0,6	30,6	147,2
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,82	43,69
Итого за прием пищи:		26,51	25,7	101,42	748,89
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,6	40,5	228,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,3	4,6	50,2	267,2
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,4	20,9	191,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	4,5	0,4	29,5	139,1
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,2	46,7
Итого за прием пищи:		10,5	9,8	61,6	377,4
Всего за день:		72,21	70,6	284,42	2072,89

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
26.11.2025

Коротких

Категория: перинатальная группа
Диета: без диет

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

День 3					
Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	19,0	13,7	22,7	293,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,7	18,1	133,1
Итого за прием пищи:		25,4	25,0	52,4	539,2
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/5	3,33	0,11	4,44	34,45
Итого за прием пищи:		3,33	0,11	4,44	34,45
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,8	2,8	38,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7/2	1,7	2,8	12,7	84,5
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	7,8	8,4	4,9	125,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,5	2,7	15,1	94,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	11,32	45,49
Итого за прием пищи:		14,61	17,0	59,52	450,09
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	6,7	5,1	37,7	220,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,7	5,1	47,4	259,4
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,2	10,2	23,1	208,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,7	48,4
Итого за прием пищи:		10,0	10,5	59,1	371,6
Всего за день:		60,04	57,71	222,86	1654,74

Стоимость 210 р