



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

27.03.2026

МБДОУ
"Детский сад
№ 253"
г.о. Самара

Категория: сад (с 3 до 7 лет)

Диета: без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

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

Завтрак

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/3/3		13,9	10,1	29,2	264,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10		2,8	9,4	17,7	166,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11		4,5	4,7	17,3	130,8
Итого за прием пищи:			21,2	24,2	64,2	561,2

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	100/6		3,3	2,9	10,6	84,7
Итого за прием пищи:			3,3	2,9	10,6	84,7

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	35		0,3	0	0,6	4,6
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2/13		2,9	6,9	15,6	141,6
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60		10,9	12,0	9,5	190,5
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/6		3,5	5,3	20,7	143,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50		3,5	0,5	22,3	107,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200		0,1	0	10,2	43,9
Итого за прием пищи:			21,2	24,7	78,9	631,5

Полдник

ПРЯНИКИ	36		2,2	1,7	27,6	134,7
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/15		0,1	0	15,2	62,7
Итого за прием пищи:			2,3	1,7	42,8	197,4

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200/6		10	11,2	35,5	282,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55		4,3	0,4	28	132,3
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11		0,11	0	10,93	44,28
Итого за прием пищи:			14,41	11,6	74,43	459,18
Всего за день:			62,41	65,1	270,93	1933,98

Стоимость 210 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара

27.03.2026

МБДОУ
"Детский сад
№ 253"
г.о. Самара

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

день 9

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтра

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/3/3		15,0	10,0	26,2	257,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7		2,2	6,4	14,7	125,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11		4,0	4,1	16,2	118,7
Итого за прием пищи:			21,2	20,5	57,1	501,7

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	100/6		3	2,6	10,0	78,7
Итого за прием пищи:			3	2,6	10,0	78,7

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30		0,2	0	0,5	3,9
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/4/6		2,2	5,0	11,5	101,9
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60		8,2	9,1	9,7	152,4
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5		3,4	4,4	20,1	133,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30		2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/10		0,1	0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:			16,1	18,8	64,5	494,8

Полдник

ПРЯНИКИ	36		2,2	1,7	27,5	134,2
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/15		0,1	0	15,2	62,6
Итого за прием пищи:			2,3	1,7	42,7	196,8

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	155/5		6,7	7,5	26,1	199,1
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40		3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11		0,11	0	10,73	43,28
Итого за прием пищи:			9,81	7,7	56,33	334,28
Всего за день:			52,41	51,3	230,63	1606,28

Стоимость 210 руб