



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары

27.05.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: младшая группа
Диета: без диеты

день 2

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

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самары

27.05.2025

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

Категория: младшая группа
Диета: без диеты

день 2

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

Завтрак

к

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,1	27,7	219,2	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6	9,5	23,1	202,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,2	6,7	14,7	127,9	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,6	11,6	112,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	16,3	125,1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	4,1	14,1	110,3
Итого за прием пищи:		13,3	20,5	58,7	472,2	Итого за прием пищи:		11,6	20,2	48,8	425,2
II Завтрак						II Завтрак					
МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	130	3,7	4,1	5,9	75,7	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	100	2,8	3,1	4,6	58,2
Итого за прием пищи:		3,7	4,1	5,9	75,7	Итого за прием пищи:		2,8	3,1	4,6	58,2
Обед						Обед					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,7	2,2	27,1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,9	1,5	3,1	28,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,9	4,8	10,0	95,4	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ, СО СМЕТАНОЙ, НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	130	1,5	3,3	7,2	66,0
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	13,1	14,2	9,5	215,7	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,6	13,1	9,5	199,4
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	101,8	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,7	0,2	10,9	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	8,9	35,7	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	8,5	34,2
Итого за прием пищи:		22,1	24,57	73,05	603,52	Итого за прием пищи:		18,8	21,57	60,45	508,62
Полдник						Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,2	24,5	137,4	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		2,5	3,2	34,2	176,1	Итого за прием пищи:		2,3	2,9	32,0	163,8
Ужин						Ужин					
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	9,4	6,2	16,9	160,1	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	8,0	6,8	14,0	148,5
СОУС ТОМАТНЫЙ, С ОВОЩАМИ	50	0,4	1,7	3,6	32,2	СОУС ТОМАТНЫЙ, С ОВОЩАМИ	30	0,4	2,4	3,4	36,2
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	3,8	0,3	25	118,2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с. 0,60кг	26	2	0,2	12,9	60,9
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80,0	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	15,0	72,6
Итого за прием пищи:		14,1	8,4	62,2	390,5	Итого за прием пищи:		10,9	9,6	45,3	318,2
Всего за день:		55,7	60,77	234,05	1718,02	Всего за день:		46,4	57,37	191,15	1474,02

Стоимость 210 руб

Стоимость 210 руб