



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
27.05.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Селезнев

Категория: сад (3-6 лет)
Диета: без диеты

День 3

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность в г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/14	19,9	14,0	21,6	295,8
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,9	9,4	18,3	169,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,7	130,9
Итого за прием пищи:		27,3	28,1	57,6	595,7
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	200	6,9	5,7	9,6	124,1
Итого за прием пищи:		6,9	5,7	9,6	124,1
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0	1	5,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/7/3	2,5	6,1	17,4	144,2
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50/1	19,6	19,8	4,8	276,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,7	4,8	34,8	205,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,2	0,6	26,8	129
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/11	0,09	0	11,08	45,52
Итого за прием пищи:		32,39	31,3	95,88	807,22
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,2	4,7	40,4	228,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,2	4,7	50,1	267,1
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,4	20,9	191,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	4,7	0,4	30,8	145,6
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,3	46,9
Итого за прием пищи:		10,7	9,8	63,0	384,3
Всего за день:		83,49	79,6	276,18	2178,42

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
27.05.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Селезнев

Категория: младшая группа

Диета: без диеты

День 3

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	18,8	13,2	21,6	283,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,5	11,6	112,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,9	131,8
Итого за прием пищи:		25,1	24,4	51,1	527,2
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	100	3,3	2,8	4,6	59,4
Итого за прием пищи:		3,3	2,8	4,6	59,4
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0	1	5,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7/2	1,7	3,2	12,9	90,1
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	14,3	14,7	4,8	209,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	2,7	14,8	93,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/11	0,19	0	11,28	46,22
Итого за прием пищи:		20,89	20,9	57,48	505,92
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,1	4,0	36,9	205,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,1	4,0	46,6	244,0
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,8	22,5	202,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200/11	0,1	0	11,5	47,6
Итого за прием пищи:		9,9	10,1	58,3	365,1
Всего за день:		65,29	62,2	218,08	1701,62

Стоимость 210 р