



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
28.02.2025

Утверждено
Заведующий

В. В. Коротких
Категория: са (с 3 до 7 лет)

Диета: без диеты

день
10

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

Завтрак

СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/15	14,5	11,8	30,1	286,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,1	6,6	14,0	123,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,3	117,8
Итого за прием пищи:		20,5	22,4	60,4	528,2

II Завтрак

ЯБЛОКИ	96	0,4	0,4	9,5	45,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,5	45,4

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,7
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2/13	2,7	6,2	15,0	131,7
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	9,0	10,4	9,4	165,9
РАГУ ОВОЩНОЕ	120/4	1,8	5,7	11,4	105,0
ХЛЕБ ржано-пшеничный	48	3,2	0,4	20,5	98,7
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	10,0	41,6
Итого за прием пищи:		17,0	22,7	66,8	546,6

Полдник

ПРЯНИКИ	34	2	1,6	25,7	125,3
КЕФИР С САХАРОМ	155/8	4,5	3,9	14,8	116,0
Итого за прием пищи:		6,5	5,5	40,5	241,3

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,5	8,7	26,4	210,7
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	40	3,3	0,3	21,6	101,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,93	43,88
Итого за прием пищи:		9,91	9,0	58,93	356,48
Всего за день:		54,31	60,0	236,13	1717,98

Стоимость 179 руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
28.02.2025

Утверждено
Заведующий

В. В. Коротких
Категория: первая младшая группа

Диета: без диеты

день
10

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

Завтрак

СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120	14,6	12,1	28,8	285,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,1	6,6	14,0	123,3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,4	4,6	16,3	124,5
Итого за прием пищи:		21,1	23,3	59,1	533,1

II Завтрак

ЯБЛОКИ	96	0,4	0,4	9,5	45,5
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,5	45,5

Обед

ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	28	0,2	0	0,5	3,7
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,2	3,5	11,3	89,3
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	9,0	10,8	9,6	172,4
РАГУ ОВОЩНОЕ	120	1,8	5,7	11,4	106,6
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/10	0,1	0	9,9	40,6
Итого за прием пищи:		15,3	20,3	55,4	473,8

Полдник

ПРЯНИКИ	35	2	1,6	26	126,7
КЕФИР С САХАРОМ	155/10	4,5	3,9	14,6	115,7
Итого за прием пищи:		6,5	5,5	40,6	242,4

Ужин

КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	130	4,2	5,4	17,3	135,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	27	127,3
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	10,63	43,08
Итого за прием пищи:		8,41	5,7	54,93	306,28
Всего за день:		51,71	55,2	219,53	1601,08

Стоимость 179 руб