



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
28.04.2026

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
28.04.2026

Утверждаю

Заведующий
В. В. Коротких



Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г	Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод ы г	энергети ческая ценност ь г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	---------------------------	--------------------	--------------	---------	--------	-------------	-----------------------------

Завтрак

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200/5	6,7	9,1	27,7	219,3	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	150/4	6	8,9	22,6	194,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,5	9,2	15,9	156,6	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,7	11,5	113
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,8	5,0	16,8	131,4	КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	4,1	4,2	14,5	114,0
Итого за прием пищи:		14,0	23,3	60,4	507,3	Итого за прием пищи:		11,9	19,8	48,6	421,7
II Завтрак						II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	120	0,7	0,1	13,2	56,1	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,6	0,1	10,8	45,9
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,2	56,1	Итого за прием пищи:		0,6	0,1	10,8	45,9
Обед						Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	38	0,7	3,3	2,8	43,8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,8
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/2	1,8	6,7	13,0	122,9	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	100/8	1,1	3,9	6,2	64,2
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/4	14,5	15,5	9,5	233,8	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60/4	10,1	11,3	8,3	174,3
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	3,8	4,4	27,3	163,5	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/3	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4	0,5	25,5	122,6	ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		24,8	30,4	87,8	725,3	Итого за прием пищи:		16,8	21,67	60,45	502,02
Полдник						Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,5	3,2	24,6	137,8	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200/10	0,5	0,2	16,7	80,0	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80,0
Итого за прием пищи:		3,0	3,4	41,3	217,8	Итого за прием пищи:		2,8	3,1	39,0	205,1
Ужин						Ужин					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	100/4	1,9	4,9	13,6	107,2	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	70/4	1,5	3,5	9,7	76,6
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80/5	7,8	5,5	11,8	126,5	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60/3	7,3	3,3	9,6	96,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	45	3,5	0,3	22,7	107,1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,1	0	11,7	47,5	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,1	0	12,0	48,5
Итого за прием пищи:		13,3	10,7	59,8	388,3	Итого за прием пищи:		12,3	7,1	53,9	328,1
Всего за день:		55,8	67,9	262,5	1894,8	Всего за день:		44,4	51,77	212,75	1502,82

Стоимость меню 210 руб

Стоимость меню 210 руб.