



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

28.07.2025

г.о. Самара

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: 1-й (с 2 до 7 лет)

Диета: без диет

день 6

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

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/5	5,6	8,7	27,8	212,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,1	6,5	13,5	121,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	16,3	125,5
Итого за прием пищи:		12,2	19,9	57,6	459,1

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	120/5	3,6	3,1	11,5	92,4
Итого за прием пищи:		3,6	3,1	11,5	92,4

Обед

БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/2/8	2,1	5,4	8,3	94,6
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ЦБ	60/3	9,1	12,0	3,5	158,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	155/5	7,3	6,3	33	217,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,5	0,3	16	76,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/11	0	0	10,7	42,6
Итого за прием пищи:		21,0	24,0	71,5	590,3

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ	40/11/4	4,5	6,5	13	129,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	39,9
Итого за прием пищи:		4,6	6,5	22,9	169,5

Ужин

ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	28	0,2	0	0,5	3,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	5,4	22,7	152,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с 0,65кг	21	1,6	0,1	10,7	50,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/13	0,1	0	12,3	51,4
Итого за прием пищи:		5,2	5,5	46,2	258,6
Всего за день:		46,6	59,0	209,7	1569,9

Стоимость 210руб



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

28.07.2025

г.о. Самара

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая

Диета: без диет

день

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углев оды г	энерге тическ ая ценно сть г
--------------------	--------------	----------	--------	-------------	------------------------------

Завтрак

КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150/4	4,1	5,8	21,2	153,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	4,0	4,2	14,9	115,1
Итого за прием пищи:		9,9	16,6	47,7	381,2

II Завтрак

КЕФИР С САХАРОМ	100/6	3	2,6	9,8	77,7
Итого за прием пищи:		3	2,6	9,8	77,7

Обед

БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	100/2/4	0,9	2,6	4,1	46,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ЦБ	50	7,9	11,0	2,7	141,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/3	5,69	4,61	25,8	167,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160/9	0	0	9	36
Итого за прием пищи:		16,49	18,5	54,3	452,1

Полдник

БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ	30/10/4	3,7	6,6	8,6	109,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,2	37,2
Итого за прием пищи:		3,8	6,6	17,8	146,8

Ужин

ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	30	0,2	0	0,5	3,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,6	5,3	24,9	161,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОДНОЙ С/М	200/10	0,1	0	10,2	42,7
Итого за прием пищи:		5,8	5,5	48,1	267,3
Всего за день:		38,99	49,8	178	1325

Стоимость 210 руб