



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
28.11.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: педагогическая

№ 253

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130/3	23,8	14,9	22,9	324,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50/3	1,2	3,4	7,3	64,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	3,2	9,5	20,0	177,5
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	5,1	5,2	17,9	138,9
Итого за прием пищи:		33,3	33,0	68,1	705,4

II Завтрак

РЯЖЕНКА	100	5,6	4,6	7,8	100,3
Итого за прием пищи:		5,6	4,6	7,8	100,3

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,8	1,7	2,1	27,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,7	7,9	16,6	155,1
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60/2	17,1	15,8	10,0	250,7
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125/5	2,9	5,2	12,1	108,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	71	4,7	0,6	30,2	145,3
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/15	0,1	0	15,0	62,7
Итого за прием пищи:		28,3	31,2	86,0	750,2

Полдник

ПРЯНИКИ	35	2,3	1,8	28,8	140,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	190	1	0,2	19,5	82,8
Итого за прием пищи:		3,3	2,0	48,3	223,4

Ужин

САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	30	0,6	1,8	2,1	28,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	7,1	13,7	1,6	158,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	79	6,1	0,5	39,9	188,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,16	0	14,92	60,31
Итого за прием пищи:		13,96	16,0	58,52	435,11
Всего за день:		84,46	86,8	268,72	2214,41

Стоимость 210 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.
28.11.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: педагогическая

№ 253

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120/3	15,2	10,7	20,1	240,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	2,0	5,3	42,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,2	11,8	110,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180/10	3,9	3,9	15,0	112,0
Итого за прием пищи:		21,7	22,8	52,2	504,7

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

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	25	0,8	1,7	3,2	31,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100/5	1,5	5,6	9,1	94,0
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	9,3	8,8	9,3	153,3
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,3	3,3	9,8	79,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	35	2,3	0,3	14,8	71,4
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/15	0,1	0	14,9	61,4
Итого за прием пищи:		16,3	19,7	61,1	491,5

Полдник

ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128,1
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170	0,9	0,2	17,2	73,1
Итого за прием пищи:		3,0	1,8	43,5	201,2

Ужин

САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	30	0,6	1,6	2,2	26,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	5,3	10,8	1,0	123,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,16	0	14,92	60,01
Итого за прием пищи:		9,46	12,7	40,72	316,01
Всего за день:		53,76	59,8	202,1	1572,81

Стоимость 210 руб