



МБОУ "Детский сад № 253" г.о.
29.04.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)
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	135/14	13,2	10,6	19,7	228,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,4	9,2	14,8	151,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,6	130,8
Итого за прием пищи:		20,1	24,5	52,1	510,2
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	100	3,2	2,7	4,5	57,3
Итого за прием пищи:		3,2	2,7	4,5	57,3
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/7/3	2,2	4,5	17,0	121,2
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50/1	10,3	10,4	4,8	154,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,7	4,8	34,8	205,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,8	0,5	24,2	116,6
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ СВЕЖИХ	200/11	0,1	0	14,8	60,5
Итого за прием пищи:		22,7	22,5	98,8	695,4
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,2	4,7	40,5	228,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,2	4,7	50,2	267,2
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,4	20,9	191,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	3,2	0,3	20,8	97,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,1	0	10,89	43,84
Итого за прием пищи:		9,2	9,7	52,59	333,64
Всего за день:		61,4	64,1	258,19	1863,74

Стоимость 210 р



МБОУ "Детский сад № 253" г.о.
29.04.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая 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	10,9	9,8	21,3	216,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,7	11,5	113
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,5	130,2
Итого за прием пищи:		17,2	21,2	50,3	460,1
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	100	3,2	2,7	4,5	57,3
Итого за прием пищи:		3,2	2,7	4,5	57,3
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,1	2,8	33,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7/2	1,6	3,0	12,8	86,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	7,7	7,7	4,9	120,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,5	3,0	15,1	97,8
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ СВЕЖИХ	200/11	0,1	0	14,9	60,9
Итого за прием пищи:		14,4	16,1	63,2	459,1
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	6,0	4,2	37,0	208,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,0	4,2	46,7	246,7
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,5	22,0	197,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,09	0	10,99	44,13
Итого за прием пищи:		9,89	9,8	57,29	356,83
Всего за день:		50,69	54,0	221,99	1580,03

Стоимость 210 р