

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
29.08.2025г

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-10 лет)

Диета: без диет

день 10

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/15	17,4	15,1	30,4	328,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3,2	7,0	20,7	159,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,7	4,8	16,4	128,2
Итого за прием пищи:		25,3	26,9	67,5	615,8

II Завтрак

ЯБЛОКИ	90	0,3	0,3	7,8	37,2
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,8	37,2

Обед

СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО	200/12	3,0	5,3	15,9	130,8
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	90	12,3	14,5	14,6	237,2
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	5,7	4,7	33,3	198
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,6	0,6	29,2	140,7
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/12	0,1	0	11,9	49,9
Итого за прием пищи:		25,7	25,1	104,9	756,6

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	35	1,4	0,1	17,4	76,1
КЕФИР С САХАРОМ	155/11	4,5	3,9	14,9	117,5
Итого за прием пищи:		5,9	4,0	32,3	193,6

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200	8,6	9,7	33,3	254,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	46	3,4	0,3	22,5	106
ЧАЙ С САХАРОМ	200/13	0,1	0	12,9	52,0
Итого за прием пищи:		12,1	10,0	68,7	412,6
Всего за день:		69,3	66,3	281,2	2015,8

Стоимость 210 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
29.08.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа

Диета: без диет

день 10

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

Зав

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/15	13,9	13,6	24,1	275,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,5	11,6	112,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	4,7	4,9	16,4	128,6
Итого за прием пищи:		20,4	25,0	52,1	516,0

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,3	0,3	7,8	37,2
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,8	37,2

Обед

СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ, СО	150/6/2	2,2	2,8	12,1	85,4
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ЦБ	80	8,8	11,6	13,1	192,5
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	5,7	4,7	33,3	198
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,9	0,2	11,9	57,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/9	0,1	0	9,1	38,8
Итого за прием пищи:		18,7	19,3	79,5	571,8

Полдник

БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/15	1,3	0,1	16,7	72,9
КЕФИР С САХАРОМ	180	5,2	4,5	12,2	115,2
Итого за прием пищи:		6,5	4,6	28,9	188,1

Ужин

КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ	200	8,6	10,1	33,5	259,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с. 0,60кг	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,0	36,5
Итого за прием пищи:		10,6	10,3	55,0	354,8
Всего за день:		56,5	59,5	223,3	1667,9

Стоимость 210 руб