



МБДОУ "Детский сад № 253"
г.о. Самара
29.09.2023г

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: сад (3 до 7 лет)

Диета: без диет

день
10

Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углево ды г	Энерг етиче ская ценно сть г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	20,3	16,3	29,9	351,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3	7,0	19,8	153,9
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,8	16,4	127,8
Итого за прием пищи:		28,0	28,1	66,1	633,1
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	99	0,7	0,1	13,2	56,4
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,2	56,4
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	26	0,3	0,1	1	6,4
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,5	7,8	22,3	185,6
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (ИЗ МЯСА ПТИЦЫ)	90	15,6	19,2	14,5	292,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,4	98,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	5,2	20,9
Итого за прием пищи:		24,6	27,5	63,4	603,8
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	7,1	5,7	37,8	230,4
ЙОГУРТ	164	3,3	2,5	4,9	79,1
Итого за прием пищи:		10,4	8,2	42,7	309,5
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6,5	8,8	26,4	211,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		10,6	9,1	62,9	376,5
Всего за день:		74,3	73,0	248,3	1979,3

Стоимость мен 179 руб



МБДОУ "Детский сад №
253" г.о. Самара
29.09.2023

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая
младшая группа

Диета: без диет

день
10

Наименование блюда	масса порции	бел ки г	жиры г	углево ды г	энерге тическ ая ценнос ть г
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КРУПНОЙ МАННОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	20,2	16,2	29,7	350,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	3	7,2	20,0	157,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,8	16,4	127,9
Итого за прием пищи:		27,9	28,2	66,1	635,3
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,7	0,1	13,3	56,5
Итого за прием пищи:		0,7	0,1	13,3	56,5
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	26	0,3	0,1	1	6,5
НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	4,6	6,9	16,7	151,9
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (ИЗ МЯСА ПТИЦЫ)	90	15,6	18,7	14,3	288,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	3,2	0,4	20,4	98,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	5,2	21,1
Итого за прием пищи:		23,7	26,1	57,6	566,1
Полдник					
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	7,1	5,9	37,8	232,8
ЙОГУРТ	164	3,3	2,5	4,9	79
Итого за прием пищи:		10,4	8,4	42,7	311,8
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	6,6	9,1	27,0	216,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,2
Итого за прием пищи:		8,1	9,2	45,5	298,1
Всего за день:		70,8	72,0	225,2	1667,7

Стоимость м 179 руб