



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

30.04.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (3-4 года)
Диета: без диеты

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	13,9	10,6	20,1	233,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	2,4	9,2	15,2	153,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,6	3,7	18,1	121,1
Итого за прием пищи:		19,9	23,5	53,4	507,4
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	120/6	3,7	3,2	11,8	94,5
Итого за прием пищи:		3,7	3,2	11,8	94,5
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/2	2,2	4,5	17,1	120,5
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	8,0	7,0	4,8	115,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	3,6	4,3	23,2	146,5
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,3	0,4	21,4	102,9
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,09	0	10,88	43,57
Итого за прием пищи:		17,79	18,5	80,58	565,37
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,4	5,6	37,6	221,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		5,4	5,6	47,3	259,9
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	5,9	9,0	20,9	188,6
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	41	3,1	0,3	20,5	96,4
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,0
Итого за прием пищи:		9,1	9,3	51,7	328,0
Всего за день:		55,89	60,1	244,78	1755,17

Стоимость 210 р



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

30.04.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая группа
Диета: без диеты

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	14,2	11,3	21,8	247,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,7	6,7	11,5	113,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,5	4,7	17,6	130,6
Итого за прием пищи:		20,4	22,7	50,9	491,0
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	120/6	3,7	3,2	11,4	93,3
Итого за прием пищи:		3,7	3,2	11,4	93,3
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	1,7	2,8	29,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/2	1,7	3,1	13,2	90,0
БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	8,0	6,8	4,9	114,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/3	2,4	3,2	15,5	100,9
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,09	0	10,78	43,27
Итого за прием пищи:		14,69	15,1	59,88	438,97
Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	65	6,0	6,0	37,4	226,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		6,0	6,0	47,1	265,6
Ужин					
КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ, МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9,9	22,5	204,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,7	0,1	11,5	54,3
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1	0	10,3	43,1
Итого за прием пищи:		7,9	10,0	44,3	301,7
Всего за день:		52,69	57,0	213,58	1590,57

Стоимость 210 р