



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

30.05.2025.852

Хорошкев

Категория: сад (3 до 7 лет)

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Диета: без диет

день 5



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

30.05.2025

Хорошкев

Категория: первая младшая

Утверждаю

Заведующий

В. В. Коротких

Диета: без диет

день 5

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140	15,6	13,6	22,4	276,4
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,2	3,4	7,3	64,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,5	6,8	16,1	134,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,5	4,7	17,6	130,7
Итого за прием пищи:		23,8	28,5	63,4	606,4

II Завтрак

ЯБЛОКИ	78	0,3	0,3	7,7	37,1
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,7	37,1

Обед

САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	25/1	1,3	1,4	3,4	31,5
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,0	5,3	12,5	109,4
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	11,2	10,7	9,9	180,9
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	2,9	5,0	13,0	110,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,5	0,5	22,2	107
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	9,9	41,3
Итого за прием пищи:		21,0	22,9	70,9	580,5

Полдник

ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	33	2	1,6	25,4	124,1
РЯЖЕНКА	198	6	5	8,3	107,2
Итого за прием пищи:		8	6,6	33,7	231,3

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	5,9	6,3	19,9	160,5
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	53	4,1	0,3	26,7	126,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,1	0	9,9	39,9
Итого за прием пищи:		10,1	6,6	56,5	326,6
Всего за день:		63,2	64,9	232,2	1781,9

Стоимость 210 руб.

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

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	145	19,4	16,3	23,2	320,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	3,6	7,9	69,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	6,2	11,8	110,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/9	3,6	3,7	15,2	109,7
Итого за прием пищи:		26,1	29,8	58,1	609,9

II Завтрак

ЯБЛОКИ	79	0,3	0,3	7,8	37,2
Итого за прием пищи:		0,3	0,3	7,8	37,2

Обед

САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	20/1	1,1	1,2	3,0	27,2
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	130	1,3	2,9	8,2	66,9
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	9,2	9,1	10,1	158,9
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,2	4,4	10,1	90,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1	0	8,8	37,0
Итого за прием пищи:		16,5	18,0	57,2	462,3

Полдник

ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	34	2	1,6	25,8	126,1
РЯЖЕНКА	160	4,8	4	6,7	86,4
Итого за прием пищи:		6,8	5,6	32,5	212,5

Ужин

СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	190	5,6	6,2	18,3	151,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	26	1,9	0,2	12,8	60,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	0,1	0	8,8	35,6
Итого за прием пищи:		7,6	6,4	39,9	247,9
Всего за день:		57,3	60,1	195,5	1569,8

Стоимость 210 руб