



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
31.03.2026
Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
31.03.2026

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких



Диета: без диет						Диета: без диет							
г.о. Самара						г.о. Самара							
Наименование блюда						Наименование блюда							
Масса порции						масса порции							
белки г						белки г							
Жиры г						Жиры г							
углеводы г						углевод ы г							
Энергетическая ценность ккал						энергети ческая ценность ккал							
г						г							
Завтрак						Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ		200/5	6,7	9,2	27,7	219,8	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ		150/4	6	9,3	22,2	196,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		40/10	2,6	9,3	16,3	158,6	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30/7	1,7	6,7	11,5	113,3
КАКАО С МОЛОКОМ		200/10	4,8	5,0	16,8	131,9	КАКАО С МОЛОКОМ		180/9	4,0	4,2	14,7	113,8
Итого за прием пищи:			14,1	23,5	60,8	510,3	Итого за прием пищи:			11,7	20,2	48,4	423,7
II Завтрак						II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ		120	0,6	0,1	12,4	53	СОК ФРУКТОВЫЙ		110	0,6	0,1	10,8	45,9
Итого за прием пищи:			0,6	0,1	12,4	53	Итого за прием пищи:			0,6	0,1	10,8	45,9
Обед						Обед							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		40	0,7	3,4	3	45,9	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		30	0,6	2,7	2,3	35,9
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ		200/2	1,9	6,8	13,0	124,2	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ		100/8	1,0	3,9	6,5	67,1
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ		70/4	14,8	15,7	9,5	237,0	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60/4	9,9	11,0	8,6	171,7
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130/5	3,8	4,5	27,3	164,2	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		100/3	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ ржано-пшеничный		50	4,1	0,5	26,3	126,5	ХЛЕБ ржано-пшеничный		30	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180/10	0	0	9,7	38,7	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:			25,3	30,9	88,8	736,5	Итого за прием пищи:			16,5	21,37	61,05	502,42
Полдник						Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ		34	2,6	3,3	25,3	141,8	ПЕЧЕНЬЕ		33	2,5	3,2	24,3	136,5
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200/10	0,5	0,2	16,8	80,2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,5	0,2	17,0	81,3
Итого за прием пищи:			3,1	3,5	42,1	222,0	Итого за прием пищи:			3,0	3,4	41,3	217,8
Ужин						Ужин							
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		100/4	1,9	4,9	13,6	106,9	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		70/4	1,4	3,8	9,7	79,5
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		80/5	9,4	5,6	11,8	133,7	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ		60/3	7,3	3,2	9,5	95,8
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с		45	3,6	0,3	23,9	112,6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,5	0,3	22,8	107,6
ЧАЙ С САХАРОМ		200/12	0,1	0	11,81	47,75	ЧАЙ С САХАРОМ		200/12	0,1	0	11,61	47,05
Итого за прием пищи:			15,0	10,8	61,11	400,95	Итого за прием пищи:			12,3	7,3	53,61	329,95
Всего за день:			58,1	68,8	265,2	1922,75	Всего за день:			44,1	52,37	215,16	1519,77

Стоимость меню 210 руб

Стоимость меню 210 руб.