



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
31.07.2025г.

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

день 9

Наименование блюда	Масса порции	Жиры г	углевод г	Энергетическая ценность ккал
--------------------	--------------	--------	-----------	------------------------------

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	200/5	5,9	8,8	25,4	203,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,6	6,8	17,3	141,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/10	4,6	4,7	17,9	132,0
Итого за прием пищи:		13,1	20,3	60,6	476,9

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,5	45,5
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	9,5	45,5

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	26	0,2	0	0,7	3,6
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ, СО СМЕТАНОЙ, на мясокостном бульоне	200/7/3	2,8	5,5	17,8	136,9
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150/3	15,5	14,7	16,5	262,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,5	23,4	112,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180/10	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		22,2	20,7	68,1	553,7

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	6,3	4,8	40,5	228,4
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,8	80,2
Итого за прием пищи:		7,2	5,0	59,3	308,6

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	30/2	0,6	1,9	2,7	30,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200/5	2,7	4,3	17,1	118,3
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	55	4,1	0,3	26,9	127
ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,1	0	11,9	48,0
Итого за прием пищи:		7,5	6,5	58,6	323,6
Всего за день:		50,4	52,9	256,1	1708,3

Стоимость 210 руб



Категория: первая младшая группа
Диета: без диет

день 9

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углевод г	Энергетическая ценность ккал
--------------------	--------------	---------	--------	-----------	------------------------------

Завтрак

КАША "ДРУЖБА"	150/4	4,8	7,7	20,6	172,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,4	11,7	111,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/9	3,6	3,7	15,5	111,2
Итого за прием пищи:		10,2	17,8	47,8	395,0

II Завтрак

ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за прием пищи:		0,4	0,4	8,6	41,4

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2	0	0,6	3,4
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ, СО СМЕТАНОЙ на мясокостном бульоне	150/7/2	2,1	3,1	13,3	90,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	13,5	12,9	21,3	255,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,8	0,2	11,7	56,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180/9	0	0	8,9	35,7
Итого за прием пищи:		17,6	16,2	55,8	442,1

Полдник

КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	5,9	4,5	37,1	210,9
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,15	14,84	64,49
Итого за прием пищи:		6,65	4,65	51,94	275,4

Ужин

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	30/2	0,5	1,6	2,6	26,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/4	3,8	3,6	24,2	143,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с 0,60кг	25	1,9	0,2	12,7	60,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,2	37,2
Итого за прием пищи:		6,3	5,4	48,7	267,8
Всего за день:		41,15	44,45	212,85	1421,7

Стоимость 210 руб