

Меню на 09.06.2025, День 1

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с джемом	25/3/20	2,3	3,319	31,296	161,511
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	20	1,475	0,291	8,896	44,926
2. Каша пшеничная жидкая	180	6,418	7,035	29,326	206,7
1. (замена аллергикам) Каша пшеничная жидкая	180	3,588	3,403	24,578	143,184
3. Кофейный напиток с молоком	180	3,238	2,586	12,369	93,122
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
Итого:		11,956	12,939	72,991	461,332
2й Завтрак					
1. кефир 2,5%	150	6,391	5,509	8,815	116,794
1. (замена аллергикам) Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,849	37,644
Итого:		6,391	5,509	8,815	116,794
Обед					
1. Огурец свежий	35	0,286	0	0,894	5,008
2. Суп картофельный с клецками и говядиной и зеленью петрушки	200/10/1	4,254	4,336	9,292	93,288
1. (замена аллергикам) Суп картофельный с курой	200/10	2,819	2,485	21,2	119,046
3. Рыба запеченная в омлете	70	19,325	4,987	2,138	130,381
1. (замена аллергикам) Мясо отварное	50	15,11	12,965	0,248	177,829
4. Картофельное пюре с морковью	150	2,729	5,708	18,354	136,059
1. (замена аллергикам) Картофель отварной	120	3,168	5,229	25,819	163,322
5. Сок персиковый	180	0,6	0	33	136
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
6. Хлеб ржаной	25	1,967	0,387	11,861	59,9
7. Батон	35	2,953	1,15	19,211	99,316
Итого:		32,113	16,568	94,751	659,952
Полдник					
1. Плов из птицы	130	2,212	7,197	22,799	164,937
2. Пирожок печеный с капустой и яйцом	65	5,452	5,964	28,114	188,504
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	20	1,475	0,291	8,896	44,926
3. Чай с молоком	180	2,805	2,504	10,696	77,026
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
4. Хлеб ржаной	15	1,475	0,291	8,896	44,926
5. Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,849	37,644
Итого:		12,264	16,276	78,354	513,036
Итого за день:		62,724	51,293	254,91	1751,11

ясли 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	25	1,623	4,089	10,454	85,288
2. Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	130	4,607	4,315	22,474	147,396
3. Какао с молоком	150	2,465	2,1	10,664	72,015
Итого:		8,695	10,504	43,592	304,699
2й Завтрак					
1. Кефир 2,5%	150	6,191	5,337	8,539	113,144
Итого:		6,191	5,337	8,539	113,144
Обед					
1. Помидор свежий	30	0,183	0,033	0,633	4
2. Суп картофельный с клецками, говядиной и зеленью петрушки	150/5/10	2,857	2,739	9,383	73,728
3. Рыба запеченная в омлете	50	12,169	3,66	1,544	87,576
4. Пюре картофельное с морковью	110	2,397	2,588	15,711	96,063
5. Соки и нектары	150	1	0	25,4	110
6. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
7. Хлеб ржаной	25	2,459	0,484	14,826	74,877
Итого:		22,605	10,105	77,518	498,044
Полдник					
1. Фрикадельки из птицы	50	1,006	0,542	5,109	29,467
2. Макароны изделия отварные с маслом	100	3,725	1,512	23,839	123,968
3. Чай с сахаром	150	0	0	4,99	19,95
4. Пирожок печеный с капустой и яйцом	50	4,208	4,514	21,912	145,593
5. Хлеб ржаной	25	1,967	0,387	11,861	59,9
6. Яблоко свежее	75	0,3	0,3	7,353	35,265
Итого:		11,206	7,256	75,064	414,143
Итого за день:		48,696	33,202	204,714	1330,02

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 09.06.2025, День 1

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Рыба запеченная в омлете	70	21,973	5,063	2,093	141,404
2. Картофельное пюре с морковью	150	3,705	5,809	25,804	171,079
3. Хлеб ржаной	30	2,95	0,581	17,791	89,851
Итого:		28,628	11,453	45,688	402,333
Итого за день:		28,628	11,453	45,688	402,333

заведующий_____Ергина Е.Н.