Меню на 16.06.2025, День 6

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо вареное	20	2,831	2,56	0,156	34,992
2. Каша пшенная жидкая	200	6,103	11,15	28,151	237,931
1. (замена аллергикам) Каша пшенная жидкая	200	3,416	8,972	23,643	189,055
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,749	2,237	11,274	81,578
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
4. Батон	25	1,919	0,748	12,487	64,556
	Итого:	13,601	16,695	52,07	419,057
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	5,342	4,605	22,474	154,737
1. (замена аллергикам) Груша	80	0,271	0,203	6,985	31,871
	Итого:	5,342	4,605	22,474	154,737
Обед					
1. Помидор свежий	60	0,718	0,131	2,481	15,671
2. Суп картофельный с горохом и гренками	200/10	5,927	2,585	23,879	142,764
1. (замена аллергикам) Суп картофельный с курой	200/10	5,219	3,661	21,2	139,206
3. Рулет с луком и яйцом	70	11,76	13,354	4,32	184,148
1. (замена аллергикам) Мясо отварное	50	16,92	14,521	0,248	199,036
4. Овощи в молочном соусе	150	2,034	6,23	11,597	111,161
5. Кисель из кураги	180	0,947	0,054	32,047	133,224
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
6. Хлеб ржаной	20	1,374	0,271	8,288	41,856
7. Батон	30	2,303	0,897	14,985	77,467
	Итого:	25,063	23,521	97,598	706,291
Полдник					
1. Огурец соленый	50	0,522	0,065	1,11	8,488
2. Фрикадельки рыбные отварные	70	14,544	3,546	5,315	111,12
1. (замена аллергикам) Мясо отварное	50	16,92	14,521	0,248	199,036
3. Картофельное пюре с морковью	130	2,272	4,852	15,686	115,783
1. (замена аллергикам) Картофель отварной	120	3,168	5,229	25,819	163,322
4. Сок яблочный	180	0,938	0,188	18,938	86,25
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
5. Хлеб ржаной	30	2,062	0,406	12,432	62,782
6. Батон	35	2,303	0,897	14,985	77,467
7. Груша	80	0,271	0,203	6,985	31,871
	Итого:	22,912	10,157	75,449	493,762
	Итого за день:	**66,919**	**54,978**	**247,591**	**1773,84**

ясли 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо вареное	20	2,831	2,56	0,156	34,992
2. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
3. Каша пшенная жидкая с маслом сливочным	130	4,607	4,819	22,121	150,672
4. Кофейный напиток с молоком	150	2,61	2,138	12,464	84,312
	Итого:	11,998	14,392	47,306	372,126
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	5,342	4,605	22,474	154,737
	Итого:	5,342	4,605	22,474	154,737
Обед					
1. Помидор свежий	30	0,281	0,051	0,969	6,12
2. Суп картофельный с горохом и гренками	150/10	4,822	2,071	20,395	119,755
3. Котлета мясная (говядина)	70	9,329	7,517	4,545	122,556
4. Овощи в молочном соусе	100	1,673	2,2	8,374	60,432
5. Кисель из кураги	150	0,786	0,045	19,827	83,505
6. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
	Итого:	18,21	12,145	62,07	432,567
Полдник					
1. Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,9
2. Биточек рыбный	50	12,563	4,745	4,545	110,341
3. Картофельное пюре с морковью	100	2,257	2,238	16,076	93,768
4. Компот из изюма	150	0,26	0,057	14,921	61,679
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Печенье в ассортименте	20	1,2	1,28	13,7	90,2
7. Груша	70	0,28	0,21	7,203	32,867
	Итого:	18,119	8,819	64,914	432,955
	Итого за день:	**53,67**	**39,962**	**196,764**	**1392,38**

____

заведующий_______Ергина Е.Н.

Ергина Елена Николаевна,
заведующий ГБДОУ детский
сад № 13 компенсирующего
вида Кировского района
Санкт-Петербурга

Подписано цифровой подписью:
Ергина Елена Николаевна,
заведующий ГБДОУ детский сад
№ 13 компенсирующего вида
Кировского района Санкт-
Петербурга
Дата: 2025.06.16 11:31:17 +03'00'

Меню на 16.06.2025, День 6

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Рулет с луком и яйцом	70	11,745	9,579	6,226	158,11
2. Овощи в молочном соусе	150	3,613	5,869	16,844	135,658
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		17,338	15,838	35,011	354,068
Итого за день:		**17,338**	**15,838**	**35,011**	**354,068**

____

заведующий_______Ергина Е.Н.