

Меню на 20.06.2025, День 10

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	25/5	1,961	4,879	12,637	102,523
2. Каша рисовая жидкая	180	4,349	10,669	28,612	228,3
1. (замена аллергикам) Каша рисовая жидкая	180	1,869	4,763	24,452	148,132
3. Какао с молоком	180	2,984	2,483	15,778	98,223
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	6,765	27,046
Итого:		9,293	18,031	57,028	429,046
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	112	3,268	2,817	4,733	60,848
1. (замена аллергикам) Яблоко свежее	80	0,433	0,433	10,601	50,841
Итого:		3,268	2,817	4,733	60,848
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,082	3,602	0,484	34,673
2. Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/1	5,787	5,511	13,563	127,888
1. (замена аллергикам) Суп картофельный с курой	200/10	2,824	2,485	21,212	119,122
3. Котлеты рубленные из птицы	70	1,228	7,244	5,394	91,103
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	1,933	2,329	8,692	64,405
5. Сок персиковый	165	0,5	0	27,5	113,334
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	6,765	27,046
6. Хлеб ржаной	20	1,541	0,304	9,295	46,944
7. Батон	20	1,66	0,647	10,798	55,82
Итого:		12,732	19,636	75,725	534,166
Полдник					
1. Огурец свежий	60	0,48	0	1,5	8,4
2. Жаркое по-домашнему	140	16,304	10,407	12,541	209,174
3. Напиток из плодов шиповника	180	1,152	0,474	28,336	144,074
4. Хлеб ржаной	30	2,312	0,455	13,943	70,414
5. Печенье	40	3,097	3,303	35,355	232,775
6. Яблоко свежее	80	0,433	0,433	10,601	50,841
Итого:		23,777	15,072	102,275	715,678
Итого за день:		49,071	55,556	239,761	1739,73

ясли 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
2. Каша овсяная "геркулес" жидкая	130	4,246	5,329	17,536	135,388
3. Какао с молоком	170	3,323	2,813	10,562	81,704
Итого:		9,519	13,017	40,663	319,242
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	100	2,897	2,498	4,196	53,951
Итого:		2,897	2,498	4,196	53,951
Обед					
1. Салат из свеклы	30	0,025	1,8	0,147	16,884
2. Рассольник с говядиной и сметаной	150/10/5	5,885	5,934	17,112	145,944
3. Фрикадельки из птицы 2 вариант	50	1,02	0,554	5,132	29,719
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	100	1,705	1,894	6,705	51,774
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Соки и нектары	150	1	0	25,4	110
Итого:		10,954	10,442	62,456	394,521
Полдник					
1. Жаркое по-домашнему	100	13,074	8,663	11,741	177,339
2. Компот из изюма	150	0,26	0,057	14,921	61,679
3. Ватрушка с творогом	50	3,305	1,856	21,508	116,085
4. Яблоко свежее	70	0,28	0,28	6,856	32,881
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		18,239	11,116	62,985	428,184
Итого за день:		41,609	37,072	170,301	1195,89

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 20.06.2025, День 10

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Котлеты рубленные из птицы	70	1,538	7,386	7,218	100,57
2. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,233	1,99	10,04	68,246
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		5,751	9,766	29,198	229,116
Итого за день:		5,751	9,766	29,198	229,116

заведующий_____Ергина Е.Н.