

Меню на 26.06.2025, День 4

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30/7	2,534	6,992	16,308	138,581
2. Каша овсяная "геркулес" жидкая	200	11,003	12,693	46,094	343,219
1. (замена аллергикам) Каша овсяная "геркулес" жидкая	200	4,698	6,364	27,496	185,964
3. Кофейный напиток с молоком	200	4,161	3,446	14,504	112,443
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
Итого:		17,698	23,132	76,907	594,242
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	100	4,251	3,664	6,156	79,148
1. (замена аллергикам) Груша	80	0,32	0,24	8,232	37,562
Итого:		4,251	3,664	6,156	79,148
Обед					
1. Огурец соленый	50	0,619	0,077	1,316	10,064
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	6,63	4,516	11,075	111,674
3. Пудинг рыбный запеченный	70	19,232	7,66	6,209	170,503
1. (замена аллергикам) Мясо отварное	50	16,432	8,039	0,177	138,653
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	1,478	8,37	9,075	118,083
5. Компот из изюма с витамином "с"	180	0,555	0,121	28,857	119,698
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
6. Хлеб ржаной	35	2,491	0,491	15,021	75,861
7. Батон	25	2,141	0,834	13,928	72,005
Итого:		33,146	22,069	85,481	677,889
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	64,588	22,068	43,098	638,742
1. (замена аллергикам) Картофель отварной	120	3,168	5,229	25,819	163,322
2. Молоко кипяченое	200	7,83	6,991	13,144	148,219
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
3. Печенье	40	4,635	4,945	52,922	348,434
4. Груша	80	0,32	0,24	8,232	37,562
Итого:		77,374	34,244	117,395	1172,95
Итого за день:		132,468	83,109	285,939	2524,23

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	180	2,831	2,408	12,585	84,033
Итого:		9,027	12,612	42,686	321,571
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 картофельный	30	0,603	4,609	4,578	62,299
2. Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью петрушки	150/10/5	0,823	2,123	5,722	45,476
3. Пудинг рыбный запеченный	65	12,826	5,264	5,772	121,674
4. Рагу овощное (1-й вариант)	100	0,922	4,685	6,913	73,909
5. Соки и нектары	150	1	0	25,4	110
6. Батон обогащенный	15	1,155	0,45	7,515	38,85
7. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		18,648	17,392	63,86	492,408
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	100/20	13,579	6,246	19,528	189,293
2. Молоко кипяченое	150	4,176	3,729	7,01	79,05
3. Печенье в ассортименте	20	1,2	1,28	13,7	90,2
4. Груша	70	0,28	0,21	7,203	32,867
Итого:		19,235	11,465	47,441	391,41
Итого за день:		49,808	43,966	158,183	1259,34

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 26.06.2025, День 4

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Пудинг рыбный запеченный	70	13,325	5,522	6,092	127,266
2. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,163	6,64	13,262	122,397
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		17,468	12,551	31,294	309,963
Итого за день:		17,468	12,551	31,294	309,963

заведующий_____Ергина Е.Н.