

Меню на 11.11.2025, День 2

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	7,45	7,538	14,279	156,276
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	18	1,19	0,234	7,175	36,236
2. Каша рисовая жидкая	180	4,41	10,724	27,415	224,267
1. (замена аллергикам) Каша рисовая жидкая	180	1,869	4,763	23,151	142,933
3. Какао с молоком	180	3,042	2,535	12,664	86,484
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
Итого:		14,903	20,797	54,357	467,026
2й Завтрак					
1. кефир 2,5%	150	4,353	3,753	6,004	79,554
1. (замена аллергикам) Груша свежая	80	0,441	0,331	11,363	51,85
Итого:		4,353	3,753	6,004	79,554
Обед					
1. Салат из моркови и яблок	50	0,435	2,612	4	42,171
2. Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной и зеленью петрушки	200/10/1	4,813	7,888	7,531	121,501
1. (замена аллергикам) Щи из свежей капусты с картофелем	200/10	3,664	3,731	7,049	77,044
3. Печень по-строгановски	60/30	11,793	7,212	5,995	137,038
4. Макаронные изделия отварные	150/5	5,8	4,808	37,053	214,85
5. Компот из изюма	180	0,289	0,063	18,254	75,236
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
6. Хлеб ржаной	18	1,19	0,234	7,175	36,236
Итого:		24,321	22,817	80,009	627,032
Полдник					
1. Шницель рыбный натуральный	60	15,689	6,858	0,865	126,621
1. (замена аллергикам) Мясо отварное	50	15,11	12,965	0,248	177,829
2. Пюре картофельное	120	1,887	7,669	15,251	137,774
1. (замена аллергикам) Картофель отварной	120	2,382	5,072	19,41	133,043
3. Напиток из плодов шиповника	180	0,734	0,302	22,409	109,224
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
4. Булочка "творожная"	70	8,979	3,769	26,555	177,193
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	18	1,19	0,234	7,175	36,236
5. Хлеб ржаной	25	1,785	0,352	10,763	54,354
6. Груша	80	0,392	0,294	10,1	46,089
Итого:		29,466	19,245	85,943	651,256
Итого за день:		73,042	66,612	226,313	1824,86

ясли 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	20/12	4,324	4,14	10,02	95,48
2. Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	130	3,05	4,171	19,627	128,556
3. Чай с молоком	170	1,115	0,995	7,559	43,84
Итого:		8,488	9,307	37,207	267,875
2й Завтрак					
1. Кефир 2,5%	150	4,36	3,759	6,014	79,686
Итого:		4,36	3,759	6,014	79,686
Обед					
1. Салат из свеклы	40	0,552	2,434	3,238	37,032
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	150/5/1	1,59	0,985	11,179	60,183
3. Печень по-строгановски	50/30	10,773	8,24	5,42	139,775
4. Каша гречневая рассыпчатая	90	5,231	3,841	23,663	149,952
5. Компот из изюма	150	0,26	0,057	14,921	61,679
6. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		19,726	15,817	66,381	488,821
Полдник					
1. Шницель рыбный натуральный	50	11,025	5,675	0,77	97,164
2. Пюре картофельное	100	2,078	3,417	14,196	96,098
3. Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	12,235	62,55
4. Булочка "творожная"	50	6,113	2,984	18,553	126,191
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Груша свежая	50	0,198	0,149	5,099	23,265
Итого:		21,244	12,694	58,813	445,468
Итого за день:		53,819	41,576	168,415	1281,85

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 11.11.2025, День 2

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Печень по-строгановски	60/30	16,522	7,904	7,34	167,76
2. Макаронные изделия отварные	150/5	5,8	4,808	37,053	214,85
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		24,302	13,102	56,332	442,91
Итого за день:		24,302	13,102	56,332	442,91

заведующий_____Ергина Е.Н.