

Меню на 18.11.2025, День 7

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Салат из зеленого горошка консервированного	40	1,072	2,067	2,246	31,81
2. Омлет натуральный	140	11,646	20,167	2,107	236,678
1. (замена аллергикам) Каша пшеничная жидкая	180	5,723	6,414	28,159	193,548
3. Чай с молоком	200	2,344	2,093	10,621	71,095
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
4. Батон	20	1,575	0,614	10,249	52,986
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	18	1,199	0,236	7,233	36,528
Итого:		16,636	24,94	25,223	392,569
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	100	3,023	2,606	4,378	56,289
1. (замена аллергикам) Груша	80	0,409	0,306	10,521	48,01
Итого:		3,023	2,606	4,378	56,289
Обед					
1. Салат картофельный	50	0,738	3,444	5,882	57,555
2. Щи из квашеной капусты с картофелем, говядиной и сметаной	200/15/1	3,45	5,028	7,291	89,753
1. (замена аллергикам) Щи из свежей капусты с картофелем	200/10	4,153	3,005	7,887	76,038
3. Фрикадельки из птицы	70	1,372	0,721	7,132	40,679
4. Пюре из свеклы	130	1,323	3,882	8,562	74,402
5. Компот из чернослива	180	0,52	0,158	24,971	105,736
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
6. Хлеб ржаной	18	1,199	0,236	7,233	36,528
7. Батон	20	1,575	0,614	10,249	52,986
Итого:		10,177	14,082	71,321	457,639
Полдник					
1. Голубцы ленивые	150	18,163	12,225	14,55	242,851
2. Булочка "творожная"	70	9,251	3,816	26,526	178,652
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	18	1,199	0,236	7,233	36,528
3. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
4. Хлеб ржаной	25	1,799	0,354	10,849	54,793
5. Груша	80	0,409	0,306	10,521	48,01
Итого:		29,622	16,702	62,448	524,305
Итого за день:		59,458	58,33	163,37	1430,80

ясли 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Салат из горошка зеленого консервированного	25	0,895	1,555	1,877	25,044
2. Омлет натуральный	100	9,154	13,732	1,471	166,198
3. Чай с молоком	180	1,181	1,055	7,97	46,295
4. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		12,771	16,942	21,338	289,337
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. Помидор свежий	30	0,367	0,067	1,267	8
2. Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной, сметаной, зеленью петрушки	150/15/5	3,652	5,405	4,72	82,67
3. Котлета рубленая из говядины	80	7,585	5,54	7,213	107,822
4. Пюре из свеклы	120	1,989	4,586	12,751	100,116
5. Соки и нектары	150	1	0,2	20,2	92
6. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
7. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		17,452	16,657	64,13	482,608
Полдник					
1. Винегрет овощной с сельдью	70	5,279	8,838	2,282	110,181
2. Компот из чернослива	150	0,432	0,132	28,774	119,948
3. Пирожок печеный с капустой и яйцом	50	3,977	4,462	21,428	142,149
4. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Груша	70	0,28	0,21	7,203	32,867
Итого:		11,288	13,901	67,646	445,345
Итого за день:		44,409	49,997	157,311	1271,24

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 18.11.2025, День 7

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Фрикадельки из птицы	70	1,409	0,766	7,086	41,05
2. Пюре из свеклы	130	2,149	3,937	13,405	97,513
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		5,537	5,092	32,431	198,863
Итого за день:		5,537	5,092	32,431	198,863

заведующий_____Ергина Е.Н.