

Меню на 24.11.2025, День 1

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с джемом	20	1,903	3,181	22,822	125,814
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	25	1,704	0,336	10,273	51,88
2. Каша пшеничная жидкая	180	6,118	6,767	28,823	201,032
1. (замена аллергикам) Каша пшеничная жидкая	180	6,118	6,767	28,823	201,032
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,83	2,31	11,41	83,111
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
Итого:		10,851	12,258	63,055	409,957
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	3,439	2,965	14,468	99,616
1. (замена аллергикам) Яблоко свежее	80	0,352	0,352	8,632	41,399
Итого:		3,439	2,965	14,468	99,616
Обед					
1. Огурец свежий	40	0,372	0	1,163	6,51
2. Суп картофельный с клецками и говядиной и зеленью петрушки	200/10/1	4,428	3,378	8,748	83,307
1. (замена аллергикам) Суп картофельный с курой	200/10	2,215	2,365	16,311	95,929
3. Рыба запеченная в омлете	70	15,11	4,692	2,093	110,785
1. (замена аллергикам) Мясо отварное	50	16,242	7,943	0,235	137,264
4. Картофельное пюре с морковью	150	2,777	5,641	18,315	135,752
1. (замена аллергикам) Картофель отварной	120	2,382	5,072	19,41	133,043
5. Сок персиковый	180	0,553	0	30,395	125,263
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
6. Хлеб ржаной	25	1,704	0,336	10,273	51,88
7. Батон	30	2,469	0,962	16,067	83,061
Итого:		27,413	15,008	87,052	596,559
Полдник					
1. Плов из птицы	130	2,335	7,21	23,481	168,373
2. Печенье	40	2,308	2,462	26,346	173,464
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	20	1,704	0,336	10,273	51,88
3. Чай с молоком	180	2,505	2,237	10,193	71,359
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
4. Хлеб ржаной	15	1,278	0,252	7,704	38,91
5. Яблоко свежее	80	0,352	0,352	8,632	41,399
Итого:		8,778	12,513	76,357	493,504
Итого за день:		50,481	42,743	240,933	1599,63

ясли 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	25	1,623	4,089	10,454	85,288
2. Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	130	4,607	4,315	22,474	147,396
3. Какао с молоком	150	2,465	2,1	10,664	72,015
Итого:		8,695	10,504	43,592	304,699
2й Завтрак					
1. Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Помидор свежий	30	0,275	0,05	0,95	6
2. Суп картофельный с клецками, говядиной и зеленью петрушки	150/5/10	2,902	2,214	8,542	65,914
3. Рыба запеченная в омлете	50	16,62	3,736	1,538	105,934
4. Пюре картофельное с морковью	110	2,122	2,508	12,88	83,078
5. Соки и нектары	150	0,6	0	33	136
6. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
7. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		25,379	9,368	74,89	488,926
Полдник					
1. Фрикадельки из птицы	50	1,006	0,542	5,109	29,467
2. Макароны изделия отварные с маслом	100	3,725	1,512	23,839	123,968
3. Чай с сахаром	150	0	0	4,99	19,95
4. Печенье	25	1,5	1,6	17,125	112,75
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Яблоко свежее	75	0,3	0,3	7,352	35,259
Итого:		7,851	4,214	66,376	361,595
Итого за день:		45,549	27,211	200,108	1260,22

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 24.11.2025, День 1

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Рыба запеченная в омлете	70	33,148	5,365	2,085	188,51
2. Картофельное пюре с морковью	150	3,007	5,67	20,115	144,206
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		38,135	11,425	34,14	393,015
Итого за день:		38,135	11,425	34,14	393,015

заведующий_____Ергина Е.Н.