

Меню на 14.11.2025, День 5

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	7,585	7,834	13,355	155,841
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	25	1,726	0,34	10,411	52,58
2. Каша "дружба"	180	6,933	14,406	27,26	267,393
1. (замена аллергикам) Каша "дружба"	180	1,648	5,378	18,391	128,57
3. Чай с молоком	200	3,981	3,554	13,969	104,485
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,329	21,307
Итого:		18,499	25,795	54,584	527,718
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,723	3,209	15,662	107,838
1. (замена аллергикам) Груша	80	0,409	0,307	10,526	48,031
Итого:		3,723	3,209	15,662	107,838
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,648	3,64	3,803	50,514
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10/1	2,207	3,769	13,76	98,611
1. (замена аллергикам) Рассольник ленинградский	200/10/5	1,825	1,915	13,52	79,111
3. Запеканка картофельная с мясом	150	16,838	17,766	18,55	300,698
4. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,329	21,307
5. Хлеб ржаной	25	1,726	0,34	10,411	52,58
6. Батон	35	2,689	1,048	17,496	90,448
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	25	1,726	0,34	10,411	52,58
Итого:		24,108	26,563	64,021	592,851
Полдник					
1. Помидор свежий	50	0,539	0,098	1,861	11,754
2. Макароны, запеченные с яйцом	150	8,153	9,84	30,401	243,08
3. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	19,362	77,435
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,329	21,307
4. Хлеб ржаной	19	1,295	0,255	7,808	39,434
5. Ватрушка с творогом	70	10,139	4,836	31,865	212,748
6. Груша	80	0,409	0,307	10,526	48,031
Итого:		20,535	15,335	101,823	632,482
Итого за день:		66,865	70,902	236,089	1860,88

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 из пшена и риса молочная жидкая "дружба"	130	3,816	5,813	17,409	137,699
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,61	2,138	13,362	87,903
Итого:		10,75	12,09	40,791	321,082
2й Завтрак					
1. Йогурт фруктовый в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Огурец свежий	30	0,248	0	0,775	4,34
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	150/10/1	1,581	2,963	10,139	74,135
3. Запеканка картофельная с мясом	130	11,72	12,118	19,06	231,959
4. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	150	0	0	15,765	63,045
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		14,869	15,341	53,7	413,679
Полдник					
1. Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,14	7,2
2. Яйцо вареное	40	5,9	5,337	0,326	72,938
3. Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,725	1,512	23,839	123,968
4. Соки и нектары	150	1	0,2	20,2	92
5. Пирожки печеные с картошкой	40	2,236	1,111	15,298	80,274
6. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
7. Груша	70	0,277	0,208	7,138	32,571
Итого:		14,788	8,688	75,901	449,151
Итого за день:		44,032	39,244	185,642	1288,91

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 14.11.2025, День 5

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Запеканка картофельная с мясом	150	14,341	15,24	23,778	289,368
2. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		16,321	15,63	35,718	349,668
Итого за день:		16,321	15,63	35,718	349,668

заведующий_____Ергина Е.Н.