

Меню на 28.11.2025, День 5

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	8,284	8,591	14,33	169,497
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	20	1,822	0,359	10,988	55,49
2. Каша "дружба"	180	5,494	14,824	24,36	253,54
1. (замена аллергикам) Каша "дружба"	180	1,648	5,378	17,908	126,639
3. Чай с молоком	200	2,883	2,574	11,527	81,312
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
Итого:		16,661	25,989	50,216	504,348
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	4,158	3,585	17,493	120,441
1. (замена аллергикам) Яблоко свежее	80	0,33	0,33	8,073	38,717
Итого:		4,158	3,585	17,493	120,441
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,578	3,635	3,392	48,551
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10/1	2,126	4,598	13,576	104,974
1. (замена аллергикам) Рассольник ленинградский	200/10/5	1,848	4,55	13,608	103,3
3. Запеканка картофельная с мясом	150	21,185	15,478	18,648	297,935
4. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
5. Хлеб ржаной	25	1,822	0,359	10,988	55,49
6. Батон	35	2,885	1,124	18,773	97,05
Итого:		28,596	25,193	65,376	604
Полдник					
1. Помидор свежий	50	0,561	0,102	1,938	12,24
2. Макароны, запеченные с яйцом	150	10,104	11,452	44,094	320,184
3. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	19,945	79,771
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
4. Хлеб ржаной	20	1,367	0,269	8,241	41,619
5. Ватрушка с творогом	70	10,789	5,844	31,587	223,43
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	20	1,822	0,359	10,988	55,49
6. Яблоко свежее	80	0,33	0,33	8,073	38,717
Итого:		23,15	17,997	113,878	715,961
Итого за день:		72,565	72,764	246,963	1944,75

ясли 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	20/12	4,707	4,289	12,515	108,378
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:		11,133	12,24	43,286	333,98
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. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	150/10/1	1,581	2,963	10,139	74,135
2. Запеканка картофельная с мясом	130	12,42	9,018	19,06	206,959
3. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	150	0	0	15,765	63,045
4. Хлеб ржаной	20	1,822	0,359	10,988	55,49
Итого:		15,823	12,34	55,952	399,629
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. Макаaronные изделия отварные с маслом	100	3,725	1,512	23,839	123,968
4. Соки и нектары	150	0,6	0	33	136
5. Пирожки печеные с картошкой	40	2,236	1,111	15,298	80,274
6. Хлеб ржаной	20	1,822	0,359	10,988	55,49
7. Яблоко свежее	75	0,3	0,3	7,352	35,259
Итого:		14,913	8,679	91,943	511,13
Итого за день:		45,494	36,384	206,431	1349,74

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 28.11.2025, День 5

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Запеканка картофельная с мясом	150	15,195	11,458	23,778	258,868
2. Хлеб ржаной	30	2,733	0,538	16,482	83,236
Итого:		17,928	11,996	40,26	342,104
Итого за день:		17,928	11,996	40,26	342,104

заведующий_____Ергина Е.Н.