

Меню на 19.11.2025, День 8

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	25	1,804	0,355	10,879	54,939
2. Каша манная жидкая	180	5,214	6,504	26,904	187,546
1. (замена аллергикам) Каша гречневая рассыпчатая	150	8,694	7,272	39,399	257,47
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,625	2,173	10,924	78,044
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
Итого:		15,289	16,215	52,106	421,865
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,532	3,045	14,859	102,308
1. (замена аллергикам) Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		3,532	3,045	14,859	102,308
Обед					
1. Помидор свежий	50	0,537	0,098	1,854	11,707
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	200/10/1	2,298	1,351	16,452	87,464
1. (замена аллергикам) Суп картофельный с курой	200/10	2,293	2,364	16,427	96,778
3. Пудинг из печени с морковью	80	11,097	8,341	4,824	139,394
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,433	6,639	11,233	115,276
5. Кисель из яблок	180	0,122	0,108	32,092	130,462
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
6. Хлеб ржаной	25	1,804	0,355	10,879	54,939
Итого:		18,291	16,891	77,334	539,242
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	28,496	13,063	35,862	377,72
1. (замена аллергикам) Картофель отварной	120	2,382	5,072	19,41	133,043
2. (замена аллергикам) Мясо отварное	50	16,239	7,943	0,221	137,189
2. Молоко кипяченое	200	5,456	4,871	9,158	103,272
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
3. Пряники	30	2,213	1,763	28,125	137,25
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	25	1,804	0,355	10,879	54,939
4. мандарины	80	0,759	0,19	7,115	36,051
1. (замена аллергикам) Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		36,924	19,887	80,26	654,294
Итого за день:		74,035	56,037	224,559	1717,70

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 манная жидкая со сливочным маслом	130	3,697	4,181	18,989	128,757
3. Какао с молоком	180	2,831	2,408	12,585	84,033
Итого:		10,853	10,728	41,594	308,27
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 соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,9
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/15	6,222	4,278	8,437	97,296
3. Пудинг из печени с морковью	90	14,031	9,755	6,2	169,553
4. Пюре картофельное	100	2,078	3,417	14,196	96,098
5. Кисель из яблок	150	0,099	0,09	24,207	98,567
6. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		23,99	17,829	61,51	505,614
Полдник					
1. Запеканка из творога	100	17,784	7,637	13,996	198,489
2. Соус сметанный	20	0,238	0,614	1,062	10,822
3. Молоко кипяченое	150	4,176	3,729	7,01	79,05
4. Апельсин свежий	70	0,63	0,14	5,67	30,1
Итого:		22,828	12,12	27,738	318,46
Итого за день:		61,296	43,803	146,092	1237,34

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 19.11.2025, День 8

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Пудинг из печени с морковью	80	17,614	9,678	7,561	188,846
2. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,816	6,692	13,743	127,562
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		22,41	16,76	33,244	376,709
Итого за день:		22,41	16,76	33,244	376,709

заведующий_____Ергина Е.Н.