

Меню на 13.11.2025, День 4

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30/5	2,42	5,058	15,62	117,944
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	25	1,845	0,363	11,124	56,18
2. Каша манная жидкая	180	6,297	7,471	28,722	208,053
1. (замена аллергикам) Каша пшеничная жидкая	180	3,588	0,406	24,578	116,214
3. Кофейный напиток с молоком	200	4,194	3,505	14,466	112,288
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
Итого:		12,911	16,035	58,808	438,284
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	100	2,947	2,541	4,269	54,881
1. (замена аллергикам) Яблоко свежее	80	0,351	0,351	8,605	41,269
Итого:		2,947	2,541	4,269	54,881
Обед					
1. Огурец соленый	50	0,376	0,047	0,8	6,116
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	6,418	6,08	11,695	127,447
1. (замена аллергикам) Суп картофельный с курой	200/10	2,227	2,366	16,375	96,254
3. Пудинг рыбный запеченный	70	14,985	5,763	6,073	135,999
1. (замена аллергикам) Мясо отварное	50	15,11	12,965	0,248	177,829
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,328	6,633	11,413	115,639
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	25	2,767	0,545	16,686	84,269
7. Батон	25	2,053	0,8	13,355	69,039
Итого:		29,447	20,025	84,994	644,245
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	28,63	13,113	35,343	376,222
1. (замена аллергикам) Картофель отварной	120	2,382	5,072	19,41	133,043
2. (замена аллергикам) Мясо отварное	50	15,11	12,965	0,248	177,829
2. Молоко кипяченое	200	7,964	7,111	13,368	150,75
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
3. Пряник	30	2,213	1,763	28,125	137,25
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	25	1,845	0,363	11,124	56,18
4. Яблоко	75	0,309	0,309	7,565	36,28
Итого:		39,116	22,295	84,401	700,502
Итого за день:		84,42	60,896	232,472	1837,91

ясли 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
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:		8,479	11,463	44,139	314,94
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. Салат картофельный	30	0,516	4,588	3,708	58,299
2. Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью петрушки	150/10/5	1,131	2,121	5,811	47,263
3. Пудинг рыбный запеченный	65	12,826	5,264	5,772	121,674
4. Рагу овощное (1-й вариант)	100	1,483	4,678	7,564	78,918
5. Соки и нектары	150	1	0,2	20,2	92
6. Батон обогащенный	15	1,155	0,45	7,515	38,85
7. Хлеб ржаной	20	1,845	0,363	11,124	56,18
Итого:		19,955	17,664	61,695	493,183
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	100/20	15,826	6,781	19,849	204,806
2. Молоко кипяченое	150	4,176	3,729	7,01	79,05
3. Печенье в ассортименте	20	1,2	1,28	13,7	90,2
4. Яблоко	60	0,239	0,239	5,864	28,125
Итого:		21,442	12,029	46,423	402,18
Итого за день:		52,772	43,655	156,454	1264,25

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 13.11.2025, День 4

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Пудинг рыбный запеченный	70	13,645	5,534	6,092	128,646
2. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,66	6,682	13,415	125,542
3. Хлеб ржаной	30	2,767	0,545	16,686	84,269
Итого:		19,072	12,761	36,193	338,458
Итого за день:		19,072	12,761	36,193	338,458

заведующий_____Ергина Е.Н.