

Меню на 27.11.2025, День 4

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	40	2,655	5,15	17,154	125,872
2. Каша манная жидкая	180	5,826	7,05	27,93	199,121
1. (замена аллергикам) Каша пшеничная жидкая	180	3,588	5,401	24,578	161,164
3. Кофейный напиток с молоком	200	3,657	3,024	13,573	102,192
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
Итого:		12,138	15,224	58,656	427,185
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	100	3,275	2,823	4,743	60,979
1. (замена аллергикам) Груша свежая	55	0,232	0,174	5,968	27,234
Итого:		3,275	2,823	4,743	60,979
Обед					
1. Огурец соленый	50	0,519	0,065	1,103	8,432
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	6,787	4,537	11,745	115,272
3. Пудинг рыбный запеченный	70	16,668	5,748	6,21	143,083
1. (замена аллергикам) Мясо отварное	50	16,244	7,943	0,248	137,329
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,561	6,65	11,773	118,143
5. Компот из чернослива	180	0,717	0,218	29,91	127,724
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
6. Хлеб ржаной	25	1,96	0,386	11,822	59,703
7. Батон	30	2,254	0,878	14,669	75,833
Итого:		31,468	18,483	87,231	648,19
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	30,932	13,796	36,597	397,251
1. (замена аллергикам) Картофель отварной	120	2,382	5,072	19,41	133,043
2. (замена аллергикам) Помидор свежий	44	0,486	0,088	1,68	10,608
2. Молоко кипяченое	200	6,872	6,135	11,535	130,071
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
3. Пряник	30	2,392	1,905	30,406	148,38
4. Груша свежая	55	0,232	0,174	5,968	27,234
Итого:		40,427	22,011	84,506	702,936
Итого за день:		87,308	58,542	235,136	1839,29

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	0,481	4,585	3,622	57,761
2. Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью петрушки	150/10/5	1,216	2,125	5,99	48,373
3. Пудинг рыбный запеченный	65	12,826	5,264	5,772	121,674
4. Рагу овощное (1-й вариант)	100	1,591	4,685	7,79	80,312
5. Соки и нектары	150	0,4	0	22	90,666
6. Батон обогащенный	15	1,155	0,45	7,515	38,85
7. Хлеб ржаной	20	1,96	0,386	11,822	59,703
Итого:		19,629	17,496	64,511	497,34
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. Груша свежая	75	0,3	0,225	7,726	35,253
Итого:		21,502	12,015	48,285	409,308
Итого за день:		52,507	43,472	161,132	1275,53

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 27.11.2025, День 4

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Пудинг рыбный запеченный	70	9,581	5,381	6,092	111,12
2. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,822	6,692	13,756	127,641
3. Хлеб ржаной	30	2,941	0,579	17,732	89,554
Итого:		15,344	12,653	37,58	328,315
Итого за день:		15,344	12,653	37,58	328,315

заведующий_____Ергина Е.Н.