

Меню на 09.09.2025, День 7

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Салат из зеленого горошка консервированного	40	1,212	2,076	2,542	33,628
2. Омлет натуральный	140	11,784	20,291	2,34	239,304
1. (замена аллергикам) Каша гречневая рассыпчатая	150	8,694	7,272	39,399	257,47
3. Чай с молоком	200	2,715	2,424	10,515	75,207
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,357	17,42
4. Батон	20	1,541	0,6	10,027	51,834
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	20	1,382	0,272	8,333	42,085
Итого:		17,253	25,391	25,423	399,971
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	100	3,049	2,629	4,416	56,78
1. (замена аллергикам) Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		3,049	2,629	4,416	56,78
Обед					
1. Салат картофельный	50	1,237	3,522	8,962	72,754
2. Щи из квашеной капусты с картофелем, говядиной и сметаной	200/15/1	7,445	7,745	9,685	139,906
1. (замена аллергикам) Щи из свежей капусты с картофелем	200/10	3,09	2,516	10,078	76,003
3. Фрикадельки из птицы	70	1,409	0,765	7,089	41,059
4. Пюре из свеклы	130	1,476	3,892	9,36	78,284
5. Компот из чернослива	180	0,52	0,158	23,666	100,517
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,357	17,42
6. Хлеб ржаной	20	1,382	0,272	8,333	42,085
7. Батон	20	1,541	0,6	10,027	51,834
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	20	1,382	0,272	8,333	42,085
Итого:		15,009	16,955	77,121	526,439
Полдник					
1. Голубцы ленивые	150	9,947	8,907	10,293	162,165
2. Булочка "творожная"	70	9,946	4	26,153	181,711
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	20	1,382	0,272	8,333	42,085
3. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,357	17,42
4. Хлеб ржаной	30	2,073	0,408	12,5	63,126
5. Банан свежий	80	1,544	0,515	21,618	98,824
1. (замена аллергикам) Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		23,509	13,83	70,563	505,826
Итого за день:		58,82	58,804	177,524	1489,01

ясли 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Салат из горошка зеленого консервированного	25	0,895	1,555	1,877	25,044
2. Омлет натуральный	100	9,154	13,732	1,471	166,198
3. Чай с молоком	180	1,181	1,055	7,97	46,295
4. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		12,771	16,942	21,338	289,337
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. Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,14	7,2
2. Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной, сметаной, зеленью петрушки	150/15/5	3,652	5,405	4,72	82,67
3. Котлета рубленая из говядины	80	7,137	7,524	7,213	123,822
4. Пюре из свеклы	120	1,989	4,586	12,751	100,116
5. Соки и нектары	150	0,75	0,15	15,15	69
6. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
7. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		16,718	18,584	58,954	474,808
Полдник					
1. Винегрет овощной с сельдью	70	3,292	5,442	2,468	72,54
2. Компот из чернослива	150	0,432	0,132	28,774	119,948
3. Пирожок печеный с капустой и яйцом	50	3,977	4,462	21,428	142,149
4. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Банан свежий	80	1,4	0,467	19,6	89,6
Итого:		10,421	10,762	80,23	464,437
Итого за день:		42,807	48,786	164,718	1282,53

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 09.09.2025, День 7

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Фрикадельки из птицы	70	1,409	0,766	7,086	41,05
2. Пюре из свеклы	130	2,149	3,937	13,405	97,513
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		5,537	5,092	32,431	198,863
Итого за день:		5,537	5,092	32,431	198,863

заведующий_____Ергина Е.Н.