

Меню на 05.09.2025, День 5

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	7,948	8,46	12,145	158,202
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	20	1,205	0,237	7,268	36,705
2. Каша "дружба"	180	5,304	13,073	24,042	235,719
1. (замена аллергикам) Каша "дружба"	180	5,304	13,073	24,042	235,719
3. Чай с молоком	200	2,747	2,453	11,298	78,732
Итого:		15,999	23,986	47,485	472,653
2й Завтрак					
1. кефир 2,5%	150	6,017	5,187	8,299	109,96
Итого:		6,017	5,187	8,299	109,96
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,95	3,66	5,573	58,964
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10/1	1,924	1,974	14,081	82,33
1. (замена аллергикам) Рассольник ленинградский	200/10/5	2,226	2,39	16,787	98,115
3. Запеканка картофельная с мясом	150	23,324	15,43	24,783	330,642
4. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
5. Хлеб ржаной	18	1,205	0,237	7,268	36,705
6. Батон	30	2,445	0,953	15,911	82,253
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	20	1,205	0,237	7,268	36,705
Итого:		29,849	22,253	67,616	590,894
Полдник					
1. Помидор свежий	50	0,856	0,156	2,956	18,667
2. Макароны, запеченные с яйцом	150	7,861	9,691	29,91	238,552
1. (замена аллергикам) Макароны изделия отварные	150/5	5,8	4,808	37,053	214,85
3. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	12,704	50,807
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
4. Хлеб ржаной	13	0,904	0,178	5,451	27,529
5. Ватрушка с творогом	70	9,587	4,765	31,411	207,972
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	18	1,205	0,237	7,268	36,705
6. Апельсин свежий	80	0,72	0,16	6,48	34,4
1. (замена аллергикам) Груша свежая	80	0,356	0,267	9,177	41,877
Итого:		19,928	14,949	88,911	577,927
Итого за день:		71,793	66,375	212,311	1751,43

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 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:		10,75	12,09	40,791	321,082
2й Завтрак					
1. кефир 2,5%	0,150	4,22	3,638	5,82	77,115
Итого:		4,22	3,638	5,82	77,115
Обед					
1. Огурец свежий	30	0,228	0	0,712	3,986
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	150/10/1	1,581	2,963	10,139	74,135
3. Запеканка картофельная с мясом	130	12,478	9,076	19,118	207,018
4. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	150	0	0	15,765	63,045
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		15,607	12,299	53,694	388,383
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. Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,725	1,512	23,839	123,968
4. Соки и нектары	150	0,75	0,15	15,15	69
5. Пирожки печеные с картошкой	40	2,236	1,111	15,298	80,275
6. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
7. Груша	70	0,28	0,21	7,203	32,867
Итого:		14,541	8,64	70,916	426,448
Итого за день:		45,117	36,667	171,222	1213,02

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 05.09.2025, День 5

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Запеканка картофельная с мясом	150	15,371	11,493	25,213	265,644
2. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		17,351	11,883	37,153	325,944
Итого за день:		17,351	11,883	37,153	325,944

заведующий_____Ергина Е.Н.