

# Меню на 05.09.2024, День 4

ГБДОУ № 19 Кир.р. 2 корп.

## Сад-УСП2019

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Каша манная жидкая	180	5,309	7,328	27,063	195,994
2. Бутерброд с маслом	40	2,72	5,175	17,575	128,05
3. Кофейный напиток с молоком	200	3,079	2,508	12,602	91,243
Итого:		11,108	15,011	57,24	415,287
<b>2й Завтрак</b>					
1. Кефир 2,5 %	180	5,063	4,365	6,984	92,538
Итого:		5,063	4,365	6,984	92,538
<b>Обед</b>					
1. Огурец соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	6,749	4,513	11,162	112,318
3. Пудинг рыбный запеченный	70	9,124	5,347	6,092	109,175
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,55	6,651	12,544	120,595
5. Компот из чернослива	180	0,52	0,158	24,971	105,736
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		23,634	18,009	82,589	592,324
<b>Полдник</b>					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	29,742	12,127	33,86	361,129
2. Молоко кипяченое	200	5,586	4,988	9,377	105,735
3. Пряник	30	1,77	1,41	22,5	109,8
4. Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		37,418	18,845	73,584	614,302
<b>Итого за день:</b>		<b>77,223</b>	<b>56,229</b>	<b>220,396</b>	<b>1714,45</b>

Мед. работник  Панюкова И.Н.

Заведующая  Ракутина Е.В.