

Меню на 13.09.2024, День 10

ГБДОУ № 19 Кир.р. 2 корп.

Сад-УСП2019

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	40	2,72	5,175	17,575	128,05
2. Каша рисовая жидкая	180	4,419	6,236	27,429	183,97
3. Какао с молоком	180	3,05	2,543	12,677	86,634
Итого:		10,189	13,953	57,681	398,654
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5 %	180	5,063	4,365	7,333	94,284
Итого:		5,063	4,365	7,333	94,284
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,755	3,641	4,154	52,398
2. Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/1	6,386	5,572	12,956	127,965
3. Котлеты рубленые из птицы	70	19,324	22,698	7,218	309,808
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,529	2,005	11,104	72,908
5. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
6. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
7. Сок персиковый	180	0,54	0	29,7	122,4
Итого:		33,823	35,206	92,101	823,479
Полдник					
1. Огурец свежий	50	0,378	0	1,181	6,616
2. Жаркое по-домашнему	140	18,959	11,674	12,135	229,393
3. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	16,24	64,95
4. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Печенье	40	2,4	2,56	27,4	180,4
6. Мандарин свежий	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого:		23,857	14,694	72,417	559,559
Итого за день:		72,933	68,218	229,532	1875,97

Мед. работник  Панюкова И.Н.



Заведующая  Ракутина Е. В.