Меню на 02.09.2024, День 1

ГБДОУ №19 Кир.р. 1 корп.

Сад 12 - УСП2019

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с джемом	40	1,784	3,135	21,786	120,82
2. Каша пшеничная жидкая	180	6,171	7,553	28,911	208,682
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,77	2,256	11,31	81,979
Итого:		10,725	12,944	62,007	411,48
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Огурец свежий	50	0,378	0	1,181	6,616
2. Суп картофельный с клецками и говядиной и зеленью петрушки	200/10/1	4,982	4,571	13,59	115,498
3. Рыба запеченная в омлете	70	11,58	4,535	2,085	95,528
1. (замена аллергикам) говядина отварная (аллергики)		9,659	4,712	0,344	82,362
4. Картофельное пюре с морковью	150	3,672	5,807	25,53	169,457
5. Сок персиковый	180	0,54	0	29,7	122,4
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		25,442	16,203	99,057	647,498
Полдник					
1. Плов из птицы	130	12,759	16,153	23,681	291,414
1. (замена аллергикам) говядина отварная (аллергики)		9,659	4,712	0,344	82,362
2. Хлеб ржаной	15	1,32	0,26	7,96	40,2
3. Пирожок печеный с капустой и яйцом	65	5,377	5,905	28,122	187,706
4. Чай с молоком	180	2,447	2,185	10,096	70,262
5. Груша	80	0,32	0,24	8,24	37,6
Итого:		22,223	24,743	78,099	627,182
Итого за день:		**62,016**	**57,015**	**254,413**	**1791,16**

Ясли 12-УСП2019

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	25	1,623	4,089	10,454	85,288
2. Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	130	4,607	4,315	22,474	147,396
3. Какао с молоком	180	2,831	2,408	12,585	84,033
Итого:		9,061	10,812	45,514	316,717
2й Завтрак					
1. Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Помидор свежий	30	0,347	0,063	1,2	7,579
2. Суп картофельный с клецками, говядиной и зеленью петрушки	150/5/10	3,071	2,841	10,175	78,618
3. Рыба запеченная в омлете	50	8,281	3,409	1,538	69,995
4. Пюре картофельное с морковью	110	2,593	2,602	16,712	100,92
5. Сок персиковый	150	0,45	0	24,75	102
6. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		17,602	9,776	72,355	451,112
Полдник					
1. Фрикадельки из птицы	50	8,711	7,175	5,132	120,201
2. Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,725	1,512	23,839	123,968
3. Чай с сахаром	150	0	0	4,99	19,95
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Пирожок печеный с капустой и яйцом	50	4,168	4,473	21,932	145,147
6. Мандарин свежий	100	0,56	0,14	5,25	26,6
Итого:		18,483	13,561	69,103	476,066
Итого за день:		**48,772**	**37,273**	**202,221**	**1348,89**

Медицинский работник_____Кипякина Л.Е.

Заведующий_____Ракутина Е.В.