ГБДОУ №19 Кир.р. 1 корп.

Меню на 05.09.2024, День 4

Сад 12 - УСП2019

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
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
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
	Итого:	3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Огурец соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	6,399	6,066	11,162	124,847
3. Пудинг рыбный запеченный	70	13,682	5,535	6,092	128,806
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:	27,841	19,75	82,589	624,484
Полдник					
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 (аллергики)	80	0,32	0,32	7,84	37,6
	Итого:	37,418	18,844	73,576	614,264
	Итого за день:	**79,992**	**56,73**	**228,655**	**1759,03**

Ясли 12-УСП2019

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша манная жидкая со сливочным маслом	130	3,697	4,181	18,989	128,757
2. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
3. Какао с молоком	180	2,831	2,408	12,585	84,033
	Итого:	8,479	11,463	44,139	314,94
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. Салат картофельный	30	0,476	4,578	3,437	56,899
2. Суп из овощей с птицы , сметаной и зеленью петрушки	150/10/5	3,006	3,709	5,696	68,374
3. Рагу овощное (1-й вариант)	100	1,803	4,711	8,875	85,393
4. Пудинг рыбный запеченный	65	12,827	5,265	5,774	121,698
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Батон обогащенный	15	1,155	0,45	7,515	38,85
7. Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69
	Итого:	21,337	19,124	54,407	480,414
Полдник					
1. Молоко кипяченое	150	4,19	3,741	7,032	79,301
2. Запеканка из творога с джемом	100/20	17,785	6,993	20,053	212,548
3. Печенье в ассортименте	20	1,2	1,28	13,7	90,2
4. Яблоко свежее	60	0,24	0,24	5,88	28,2
	Итого:	23,414	12,254	46,665	410,249
	Итого за день:	**56,856**	**45,966**	**160,461**	**1310,60**

Медицинский работник_____Кипякина Л.Е.

Заведующий_____Ракутина Е.В.