ГБДОУ №19 Кир.р. 1 корп.

Меню на 27.09.2024, День 10

Сад 12 - 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. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,755	3,641	4,154	52,398
2. Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/1	6,08	6,927	12,956	138,889
3. Котлеты рубленные из птицы	70	19,324	22,698	7,218	309,808
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,19	1,983	9,697	65,926
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:		33,179	36,539	90,695	827,42
Полдник					
1. Огурец свежий	50	0,378	0	1,181	6,616
2. Жаркое по-домашнему	140	17,745	17,049	12,135	272,746
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:		22,643	20,069	72,417	602,912
Итого за день:		**69,636**	**73,687**	**236,043**	**1933,98**

Ясли 12-УСП2019

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	130	3,13	4,243	19,761	130,066
2. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
3. Какао с молоком	170	3,323	2,813	10,562	81,704
Итого:		8,402	11,93	42,889	313,92
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 из свеклы	30	0,378	1,82	2,077	26,199
2. Рассольник с говядиной и сметаной	150/10/5	5,236	7,051	12,25	133,618
3. Фрикадельки из птицы 2 вариант	50	10,908	9,067	5,132	146,052
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	100	1,456	1,322	6,441	43,839
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Напиток из клюквы, протертой с сахаром 2 вариант	150	0	0	26,413	105,617
Итого:		19,298	19,52	60,273	495,524
Полдник					
1. Жаркое по-домашнему	100	12,685	12,817	8,653	200,538
2. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
3. Ватрушка с творогом	50	29,411	23,23	23,245	420,463
4. Компот из чернослива	100	0,288	0,088	17,168	71,9
5. Яблоко свежее	70	0,28	0,28	6,86	32,9
Итого:		43,983	36,674	63,885	766,001
Итого за день:		**75,308**	**71,25**	**182,297**	**1680,44**

Медицинский работник_____Кипякина Л.Е.

Заведующий_____Ракутина Е.В.