

Меню на 02.09.2025, День 2

ГБДОУ №19 Кир.р. 1 корп.

Ясли (2024-2025)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	4,17	4,08	9,018	90,3
2. Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	130	2,421	3,61	18,572	116,658
3. Чай с молоком	170	0,421	0,376	6,396	30,721
Итого:		7,013	8,066	33,986	237,679
2й Завтрак					
1. Кефир 2,5%	150	4,22	3,638	5,82	77,115
Итого:		4,22	3,638	5,82	77,115
Обед					
1. Салат из свеклы	40	0,552	2,434	3,238	37,032
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	150/5/1	2,411	1,774	10,651	68,373
3. Каша гречневая рассыпчатая	90	5,231	3,841	23,663	149,952
4. Печень по-строгановски	50/30	8,121	7,692	4,634	120,96
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Компот из изюма	150	0,26	0,057	14,921	61,679
Итого:		17,895	16,057	65,068	478,196
Полдник					
1. Шницель рыбный натуральный	50	2,542	5,349	0,291	58,539
2. Пюре картофельное	100	1,779	3,114	14,025	91,429
3. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
4. Булочка "творожная"	50	6,113	2,984	18,553	126,191
5. Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	12,235	62,55
6. Груша свежая	50	0,2	0,15	5,15	23,5

Сад (2024-2025)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша рисовая жидкая	180	2,75	5,727	12,99	114,896
1. (замена аллергикам) Каша жидкая рисовая с маслом раст.	180/5	1,932	5,171	20,424	135,959
2. Бутерброд с сыром	40	5,73	5,731	11,473	121,553
1. (замена аллергикам) Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
3. Какао с молоком	180	2,601	2,141	11,923	78,126
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергики)	180	0	0	5,988	23,94
Итого:		11,081	13,6	36,386	314,576
2й Завтрак					
1. Кефир 2,5 %	180	5,063	4,365	6,984	92,538
1. (замена аллергикам) Груша	80	0,32	0,24	8,24	37,6
Итого:		5,063	4,365	6,984	92,538
Обед					
1. Салат из моркови и яблок	50	0,439	2,613	4,019	42,265
2. Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной и зеленью петрушки	200/10/1	4,436	5,828	6,236	95,804
1. (замена аллергикам) Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и зеленью петрушки(аллергики)	200/10/1	3,828	4,603	2,923	68,859
3. Макароны изделия отварные	150/5	5,8	4,808	37,053	214,85
4. Печень по-строгановски	60/30	11,636	6,894	5,893	133,097
1. (замена аллергикам) говядина отварная (аллергики)		8,987	7,688	0,344	106,362
5. Компот из изюма	180	0,307	0,067	18,75	77,352
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		24,598	20,599	83,89	623,668
Полдник					
1. Шницель рыбный натуральный	60	3,43	6,396	0,164	70,715
1. (замена аллергикам) говядина отварная (аллергики)		8,987	7,688	0,344	106,362
2. Пюре картофельное	120	4,197	4,192	33,551	189,154
1. (замена аллергикам) Пюре картофельное (аллергики)	150	3,71	4,838	30,233	179,679
3. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
4. Напиток из плодов шиповника	180	0,734	0,302	22,409	109,224
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергики)	180	0	0	5,988	23,94
5. Булочка "творожная"	70	4,26	2,515	25,549	142,118
1. (замена аллергикам) Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
6. Апельсин свежий	80	0,752	0,167	6,77	35,94

Заведующий

Ракутина Е.В.