

Меню на 04.09.2025, День 4

ГБДОУ №19 Кир.р. 1 корп.

Ясли (2024-2025)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша манная жидкая со сливочным маслом	130	2,977	3,538	17,78	115,122
2. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
3. Какао с молоком	180	2,382	2,006	11,831	75,525
Итого:		7,309	10,419	42,176	292,798
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	0,503	4,589	3,763	58,449
2. Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью петрушки	150/10/5	2,774	3,7	5,081	65,09
3. Рагу овощное (1-й вариант)	100	0,754	4,616	5,334	66,209
4. Пудинг рыбный запеченный	65	3,76	4,498	4,935	75,288
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:		11,016	18,262	49,738	413,086
Полдник					
1. Молоко кипяченое	150	5,955	5,317	9,996	112,722
2. Запеканка из творога с джемом	100/20	13,579	6,246	19,528	189,293
3. Печенье в ассортименте	20	1,2	1,28	13,7	90,2
4. Яблоко	60	0,24	0,24	5,88	28,2
Итого:		20,974	13,083	49,104	420,415
Итого за день:		42,924	44,889	156,267	1231,29

Сад (2024-2025)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша манная жидкая	180	4,894	6,957	26,366	188,133
1. (замена аллергикам) Каша манная жидкая (аллергики)	180	2,833	6,169	22,908	158,581
2. Бутерброд с маслом	40	2,72	5,175	17,575	128,05
1. (замена аллергикам) Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
3. Кофейный напиток с молоком	200	3,236	2,648	12,866	94,22
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергики)	180	0	0	5,988	23,94
Итого:		10,85	14,78	56,807	410,403
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
1. (замена аллергикам) Яблоко (аллергики)	80	0,32	0,32	7,84	37,6
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	6,296	6,078	11,142	124,602
3. Пудинг рыбный запеченный	70	4,237	4,736	5,219	80,474
1. (замена аллергикам) говядина отварная (аллергики)		8,987	7,688	0,344	106,362
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	1,471	6,548	8,611	99,725
1. (замена аллергикам) Рагу овощное (1-й вариант) (аллергики)	140	1,012	7,278	4,983	89,888
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:		17,213	18,86	77,763	555,037
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	37,642	14,433	35,116	425,347
1. (замена аллергикам) Картофель отварной (аллергики)	150	2,4	4,576	19,56	129,259
2. Молоко кипяченое	200	10,587	9,453	17,771	200,394
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергики)	180	0	0	5,988	23,94
3. Пряник	30	1,77	1,41	22,5	109,8
1. (замена аллергикам) Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
4. Яблоко	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		50,319	25,616	83,234	773,179
Итого за день:		82,007	62,381	233,054	1843,62

Заведующий

Ракутина Е.В.