

Меню на 10.09.2025, День 8

ГБДОУ №19 Кир.п. 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 сыром	30	4,17	4,08	9,018	90,3
3. Какао с молоком	180	2,382	2,006	11,831	75,525
Итого:		9,529	9,624	38,629	280,948
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	150	4,22	3,638	6,111	78,57
Итого:		4,22	3,638	6,111	78,57
Обед					
1. Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,9
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/15	4,85	5,037	7,877	96,262
3. Пюре картофельное	100	1,779	3,114	14,025	91,429
4. Пудинг из печени с морковью	90	13,963	9,761	5,393	165,955
5. Кисель из яблок	150	0,099	0,09	24,213	98,595
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		22,251	18,292	59,977	496,34
Полдник					
1. Запеканка из творога	100	16,668	7,372	13,837	190,785
2. Молоко кипяченое	150	5,955	5,317	9,996	112,722
3. Соус сметанный	20	0,238	0,614	1,062	10,822
4. Апельсин свежий	70	0,658	0,146	5,924	31,448
1. (замена аллергикам) Груша свежая	50	0,2	0,15	5,15	23,5
Итого:		23,52	13,449	30,819	345,776
Итого за день:		59,519	45,003	135,536	1201,63

Сад (2024-2025)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. 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
2. 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	158,58
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,41	1,934	10,705	75,156
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергики)	180	0	0	5,988	23,94
Итого:	13,034	14,623	48,544	384,843	
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5 %	180	5,063	4,365	7,333	94,284
1. (замена аллергикам) Груша	80	0,32	0,24	8,24	37,6
Итого:	5,063	4,365	7,333	94,284	
Обед					
1. Помидор свежий	50	0,582	0,106	2,012	12,707
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	200/10/1	5,305	3,692	20,468	136,58
1. (замена аллергикам) Суп картофельный с макаронными изделиями, птицы и зеленью петрушки (аллергики)	200/10/1	4,229	3,679	11,497	96,2
3. Пудинг из печени с морковью	80	11,114	8,358	4,408	137,848
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. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
6. Кисель из яблок	180	0,121	0,108	30,776	125,2
Итого:	20,573	19,201	78,214	572,361	
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. Пряники	30	1,77	1,41	22,5	109,8
1. (замена аллергикам) Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
4. Груша	70	0,28	0,21	7,21	32,9
Итого:	50,278	25,506	82,597	768,442	
Итого за день:		88,949	63,694	216,688	1819,93

Заведующий

Ракутина Е.В.