

Меню на 14.10.2025, День 2

ГБДОУ №19 Кир.п. 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	3,041	4,164	19,613	128,397
3. Чай с молоком	170	1,059	0,945	7,466	42,785
Итого:		8,27	9,189	36,097	261,482
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	2,54	1,788	11,367	71,98
3. Каша гречневая рассыпчатая	90	5,231	3,841	23,663	149,952
4. Печень по-строгановски	50/30	10,773	8,24	5,42	139,775
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:		20,676	16,619	66,569	500,618
Полдник					
1. Шницель рыбный натуральный	50	5,487	5,468	0,77	73,283
2. Пюре картофельное	100	2,109	3,409	14,579	97,683
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	4,522	6,156	29,647	192,515
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	2,93	2,436	12,476	84,368
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергики)	180	0	0	5,988	23,94
Итого:		13,183	14,323	53,596	398,437
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	4,595	5,844	7,05	99,964
1. (замена аллергикам) Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и зеленью петрушки(аллергики)	200/10/1	4,33	4,69	6,635	86,648
3. Макаронные изделия отварные	150/5	5,8	4,808	37,053	214,85
1. (замена аллергикам) Макаронные изделия отварные (аллергики)	150/5	5,775	2,681	37,013	195,43
4. Печень по-строгановски	60/30	13,025	7,181	6,304	142,949
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:		26,146	20,902	85,116	637,68
Полдник					
1. Шницель рыбный натуральный	60	6,495	6,519	0,833	86,79
1. (замена аллергикам) говядина отварная (аллергики)		8,987	7,688	0,344	106,362
2. Пюре картофельное	120	2,533	4,125	17,504	117,569
1. (замена аллергикам) Пюре картофельное (аллергики)	150	2,334	4,563	19,024	126,726
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
5. Булочка "творожная"	70	7,023	3,298	26,238	163,499
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.

	Итого:	15,74	12,48	59,248	423,407
	Итого за день:	48,905	41,926	167,734	1262,62

1. (замена аллергикам) Груша	80	0,32	0,24	8,24	37,6
	Итого:	18,858	14,672	81,713	553,222
	Итого за день:	63,25	54,261	227,409	1681,87



[Handwritten signature]

Заведующий Ракутина Е.В.