

Меню на 18.07.2025, День 10

ГБДОУ №19 Кир.р. 1 корп.

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	
1. (замена аллергикам) Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8	
2. Каша рисовая жидкая	180	4,419	6,236	27,429	183,97	
1. (замена аллергикам) Каша жидкая рисовая с маслом раст.	180/5	1,932	5,171	20,424	135,959	
3. Какао с молоком	180	3,05	2,543	12,677	86,634	
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергии)	180	0	0	5,988	23,94	
Итого:		10,189	13,953	57,681	398,654	
2й Завтрак						
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105	
1. (замена аллергикам) Яблоко (аллергии)	80	0,32	0,32	7,84	37,6	
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	
1. (замена аллергикам) Рассольник ленинградский с говядиной (аллергии)	200/10/1	5,81	5,775	12,58	125,709	
3. Котлеты рубленые из птицы	70	19,324	22,698	7,218	309,808	
1. (замена аллергикам) говядина отварная (аллергии)		8,987	7,688	0,344	106,362	
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,529	2,005	11,104	72,908	
1. (замена аллергикам) Овощи (аллергии)	150	2,235	0,163	10,762	53,782	
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	
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергии)	180	0	0	5,988	23,94	
Итого:		33,518	36,561	92,101	834,403	
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	
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергии)	180	0	0	5,988	23,94	
4. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2	
5. Печенье	40	2,4	2,56	27,4	180,4	
1. (замена аллергикам) Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8	
6. Мандарин свежий	100	0,8	0,2	7,5	38,0	
1. (замена аллергикам) Яблоко (аллергии)	80	0,32	0,32	7,84	37,6	
Итого:		22,643	20,069	72,417	602,912	
Итого за день:		69,975	73,708	237,449	1940,96	

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	1,548	1,367	7,141	47,487
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:	19,389	19,566	60,972	499,173	
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	6,588	2,586	21,984	138,326
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:	21,16	16,03	62,624	483,864	
Итого за день:	52,576	50,651	181,734	1401,95	

Заведующий

Ракутина Е.В.