

Меню на 21.05.2025, День 8

ГБДОУ №19 Кир.п. 1 корп.

Сад 12 - УСП2019

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	5,309	7,328	27,063	195,994	
1. (замена аллергикам) Каша манная жидкая (аллергии)	180	2,833	6,169	22,908	158,581	
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,77	2,256	11,31	81,979	
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергии)	180	0	0	5,988	23,94	
Итого:		13,81	15,315	49,846	399,526	
2й Завтрак						
1. Ряженка 2,5 %	180	5,063	4,365	7,333	94,284	
1. (замена аллергикам) Груша	70	0,28	0,21	7,21	32,9	
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,птицы и зеленью петрушки	200/10/1	4,853	3,561	15,731	114,495	
1. (замена аллергикам) Суп картофельный с макаронными изделиями, птицы и зеленью петрушки (аллергии)	200/10/1	4,847	3,77	15,721	116,307	
3. Пудинг из печени с морковью	80	16,627	9,273	6,891	177,548	
1. (замена аллергикам) говядина отварная (аллергии)		8,987	7,688	0,344	106,362	
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,55	6,651	12,544	120,596	
1. (замена аллергикам) Рагу овощное (1-й вариант) (аллергии)	140	2,517	7,467	12,44	127,284	
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:		26,713	20,089	79,893	610,846	
Полдник						
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	29,742	12,127	33,86	361,129	
1. (замена аллергикам) Картофель отварной (аллергии)	150	2,4	4,576	19,56	129,259	
2. Молоко кипяченое	200	5,586	4,988	9,377	105,735	
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергии)	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:		37,378	18,734	72,946	609,564	
Итого за день:		82,964	58,503	210,018	1714,21	

Ясли 12-УСП2019

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша манная жидкая со сливочным маслом	130	3,697	4,181	18,989	128,757
2. Бутерброд с сыром	30	4,17	4,08	9,018	90,3
3. Какао с молоком	180	2,831	2,408	12,585	84,033
Итого:		10,699	10,668	40,592	303,09
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	4,952	5,031	8,041	97,172
3. Пюре картофельное	100	2,027	3,386	13,362	92,115
4. Пудинг из печени с морковью	90	18,786	10,506	7,754	200,741
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:		27,425	19,304	61,84	532,722
Полдник					
1. Запеканка из творога	100	19,548	7,777	14,164	204,302
2. Молоко кипяченое	150	4,19	3,741	7,032	79,301
3. Соус сметанный	20	0,238	0,614	1,062	10,822
4. Апельсин свежий	70	0,658	0,146	5,924	31,448
Итого:		24,633	12,278	28,182	325,873
Итого за день:		66,976	45,888	136,726	1240,25

Заведующий

Ракутина Е.В.