

Меню на 22.07.2025, День 2

ГБДОУ №19 Кир.р. 1 корп.

Сад 12 - УСП2019

Блюда		Выход	Химический состав			
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак						
1. 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	
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	3,05	2,543	12,677	86,634	
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергии)	180	0	0	5,988	23,94	
Итого:		13,199	14,51	51,579	392,158	
2й Завтрак						
1. Кефир 2,5 %	180	5,063	4,365	6,984	92,538	
1. (замена аллергикам) Груша свежая	80	0,356	0,267	9,177	41,877	
Итого:		5,063	4,365	6,984	92,538	
Обед						
1. Салат из моркови и яблок	50	0,418	2,609	3,851	41,13	
2. Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной и зеленью петрушки	200/10/1	4,628	5,837	6,976	99,579	
1. (замена аллергикам) Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и зеленью петрушки(аллергии)	200/10/1	4,358	4,685	6,6	86,399	
3. Макароны изделия отварные	150/5	5,8	4,808	37,053	214,85	
1. (замена аллергикам) Макароны изделия отварные (аллергии)	150/5	5,775	2,681	37,013	195,43	
4. Печень по-строгановски	60/30	15,568	7,51	6,916	157,903	
1. (замена аллергикам) говядина отварная (аллергии)		8,987	7,688	0,344	106,362	
5. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3	
6. Компот из изюма	180	0,313	0,068	18,929	78,116	
Итого:		28,707	21,221	85,665	651,878	
Полдник						
1. Шницель рыбный натуральный	60	8,32	6,571	1,178	96,071	
1. (замена аллергикам) говядина отварная (аллергии)		8,987	7,688	0,344	106,362	
2. Пюре картофельное	120	2,319	4,054	14,676	104,566	
1. (замена аллергикам) Пюре картофельное (аллергии)	150	2,262	4,492	17,277	118,585	
3. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2	
4. Булочка "творожная"	70	7,677	3,461	26,348	168,142	
1. (замена аллергикам) Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8	
5. Напиток из плодов шиповника	180	0,734	0,302	22,409	109,224	
6. Апельсин свежий	80	0,752	0,167	6,77	35,94	

Ясли 12-УСП2019

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	3,13	4,243	19,761	130,066
3. Чай с молоком	170	1,115	0,995	7,559	43,84
Итого:		8,414	9,318	36,339	264,206
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 зеленью петрушки	150/5/1	2,547	1,77	10,935	69,975
3. Каша гречневая рассыпчатая	90	5,231	3,841	23,663	149,952
4. Печень по-строгановски	50/30	13,025	8,541	5,969	153,176
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:		22,935	16,903	66,686	512,015
Полдник					
1. Шницель рыбный натуральный	50	6,973	5,511	0,983	80,541
2. Пюре картофельное	100	2,027	3,386	13,362	92,115
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

Заведующий

Ракутина Е.В.

1. (замена аллергикам) Груша свежая	80	0,356	0,267	9,177	41,877
	Итого:	21,123	14,816	79,34	554,143
	Итого за день:	68,092	54,912	223,568	1690,71

	Итого:	17,143	12,501	58,244	425,096
	Итого за день:	52,711	42,359	167,089	1278,43



Заведующий Ракутина Е.В.