

Меню на 22.10.2025, День 8

ГБДОУ №19 Кир.р. 1 корп.

Ясли (2024-2025)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша манная жидкая со сливочным маслом	130	3,613	4,105	18,847	127,153
2. Бутерброд с сыром	30	4,17	4,08	9,018	90,3
3. Какао с молоком	180	2,712	2,301	12,384	81,767
Итого:		10,494	10,486	40,249	299,221
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	4,992	5,053	8,671	100,262
3. Пюре картофельное	100	2,109	3,409	14,579	97,683
4. Пудинг из печени с морковью	90	14,062	9,761	6,449	170,731
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:		22,822	18,602	62,383	511,371
Полдник					
1. Запеканка из творога	100	17,784	7,637	13,996	198,489
2. Молоко кипяченое	150	3,98	3,554	6,681	75,336
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:		22,66	11,951	27,663	316,095
Итого за день:		60,196	44,677	136,406	1205,25

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	5,187	7,218	26,858	193,678
1. (замена аллергикам) Каша манная жидкая (аллергики)	180	2,833	6,169	22,908	158,581
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,644	2,143	11,098	79,587
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергики)	180	0	0	5,988	23,94
Итого:		13,561	15,093	49,428	394,818
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	5,498	3,71	21,462	141,652
1. (замена аллергикам) Суп картофельный с макаронными изделиями, птицы и зеленью петрушки (аллергики)	200/10/1	4,866	3,79	16,241	118,909
3. Пудинг из печени с морковью	80	12,41	8,608	5,632	150,381
1. (замена аллергикам) говядина отварная (аллергики)		8,987	7,688	0,344	106,362
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,315	6,643	12,01	118,009
1. (замена аллергикам) Рагу овощное (1-й вариант) (аллергики)	140	2,203	7,438	10,947	120,431
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:		22,907	19,565	83,832	608,249
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	27,062	11,914	33,604	352,295
1. (замена аллергикам) Картофель отварной (аллергики)	150	2,4	4,576	19,56	129,259
2. Молоко кипяченое	200	5,307	4,738	8,908	100,448
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:		34,418	18,272	72,222	595,443
Итого за день:		75,949	57,295	212,815	1692,79

Заведующий _____ Ракитина Е.В.