

Меню на 29.05.2025, День 4

ГБДОУ №19 Кир.р. 1 корп.

Сад 12 - УСП2019

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. 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
2. 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
3. Кофейный напиток с молоком	200	3,079	2,508	12,602	91,243
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллергии)	180	0	0	5,988	23,94
Итого:		11,108	15,011	57,24	415,287
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
1. (замена аллергикам) Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Огурец соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	5,466	5,264	11,162	113,922
3. Пудинг рыбный запеченный	70	13,682	5,535	6,092	128,806
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. Компот из чернослива	180	0,52	0,158	24,971	105,736
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		26,909	18,949	82,589	613,559
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. Пряник	30	1,77	1,41	22,5	109,8
1. (замена аллергикам) Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
4. Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		37,418	18,845	73,584	614,302
Итого за день:		79,06	55,929	228,663	1748,14

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 маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
3. Какао с молоком	180	2,831	2,408	12,585	84,033
Итого:	8,479	11,463	44,139	314,94	
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 картофельный	30	0,476	4,578	3,437	56,899
2. Суп из овощей с птицы, сметаной и зеленью петрушки	150/10/5	3,006	3,709	5,696	68,374
3. Рагу овощное (1-й вариант)	100	1,803	4,711	8,875	85,393
4. Пудинг рыбный запеченный	65	12,827	5,265	5,774	121,698
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Батон обогащенный	15	1,155	0,45	7,515	38,85
7. Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69
Итого:	21,337	19,124	54,407	480,414	
Полдник					
1. Молоко кипяченое	150	4,19	3,741	7,032	79,301
2. Запеканка из творога с джемом	100/20	17,785	6,993	20,053	212,548
3. Печенье в ассортименте	20	1,2	1,28	13,7	90,2
4. Яблоко свежее	60	0,24	0,24	5,88	28,2
Итого:	23,414	12,254	46,665	410,249	
Итого за день:		56,856	45,966	160,462	1310,60



Заведующий

Ракутина Е.В.