

Меню на 04.06.2025, День 8

ГБДОУ Детский сад №20 Кир. р.

Сад 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	5,167	5,045	11,247	112,083
2. Каша манная жидкая	180	5,377	6,698	26,484	187,844
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,857	2,119	10,592	77,54
Итого:		13,4	13,862	48,323	377,467
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,473	2,994	14,611	100,598
Итого:		3,473	2,994	14,611	100,598
Обед					
1. Помидор свежий	50	0,461	0,084	1,593	10,059
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	200/10/1	4,647	3,9	13,988	109,623
3. Пудинг из печени с морковью	80	17,386	8,888	6,881	177,076
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,958	6,177	12,621	118,336
5. Кисель из яблок	180	0,121	0,109	28,663	116,767
6. Хлеб ржаной	30	1,896	0,373	11,432	57,733
Итого:		27,47	19,531	75,178	589,594
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	29,746	11,763	32,412	351,994
2. Молоко кипяченое	200	5,804	4,684	9,3	102,569
3. Пряники	30	1,735	1,382	22,059	107,648
4. Груша	70	0,265	0,199	6,816	31,103
Итого:		37,55	18,028	70,587	593,313
Итого за день:		81,893	54,415	208,698	1660,97

Ясли 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	3,771	3,597	8,84	83,553
2. Каша манная жидкая со сливочным маслом	130	3,744	3,836	18,58	123,903
3. Какао с молоком	180	2,958	2,298	11,68	79,523
Итого:		10,473	9,731	39,1	286,979
2й Завтрак					
1. Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,473	2,994	14,611	100,598
Итого:		3,473	2,994	14,611	100,598
Обед					
1. Огурец соленый	30	0,206	0,026	0,439	3,355
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/15	4,874	3,557	7,419	81,146
3. Пудинг из печени с морковью	90	19,641	10,072	7,743	200,206
4. Пюре картофельное	100	1,925	3,066	12,436	85,045
5. Кисель из яблок	150	0,099	0,091	22,485	91,696
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,264	0,249	7,621	38,489
Итого:		28,009	17,06	58,143	499,938
Полдник					
1. Запеканка из творога	100	19,552	7,555	13,401	199,212
2. Соус сметанный	20	0,253	0,529	1,251	10,863
3. Молоко кипяченое	150	4,353	3,513	6,975	76,926
4. Апельсин свежий	70	0,406	0,09	3,658	19,419
Итого:		24,564	11,688	25,284	306,421
Итого за день:		66,52	41,473	137,138	1193,93

Диетсестра_____Новгородова Е.С.

Заведующий_____Галкова Н.Г.