

Меню на 06.06.2025, День 10

ГБДОУ Детский сад №20 Кир. р.

Сад 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	40	2,498	4,66	16,145	116,782
2. Каша рисовая жидкая	180	4,638	5,674	28,078	181,932
3. Какао с молоком	180	3,085	2,538	11,847	83,508
Итого:		10,221	12,872	56,069	382,222
2й Завтрак					
1. Ряженка	125	3,516	3,031	5,093	65,475
Итого:		3,516	3,031	5,093	65,475
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,728	2,388	4,004	40,42
2. Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/1	5,397	4,467	11,938	109,934
3. Котлеты рубленные из птицы	70	9,75	13,485	6,752	186,536
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,232	1,335	9,932	60,838
5. Сок персиковый	180	0,545	0	30	123,636
6. Хлеб ржаной	30	1,833	0,361	11,056	55,834
7. Батон	35	2,122	0,827	13,808	71,38
Итого:		22,609	22,863	87,489	648,578
Полдник					
1. Огурец свежий	50	0,369	0	1,153	6,456
2. Жаркое по-домашнему	140	15,618	9,042	11,574	190,146
3. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	17,861	71,435
4. Хлеб ржаной	20	1,222	0,241	7,371	37,223
5. Печенье	40	1,983	2,116	22,645	149,092
6. Мандарин свежий	100	0,685	0,171	6,421	32,535
Итого:		19,877	11,57	67,024	486,887
Итого за день:		56,224	50,336	215,676	1583,16

Ясли 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,791	4,384	11,542	92,987
2. Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	130	3,382	3,89	21,726	135,446
3. Какао с молоком	170	3,412	2,838	10,115	80,64
Итого:		8,584	11,113	43,383	309,073
2й Завтрак					
1. Ряженка	125	3,516	3,031	5,093	65,475
Итого:		3,516	3,031	5,093	65,475
Обед					
1. Салат из свеклы	30	0,364	1,194	2,002	20,21
2. Рассольник с говядиной и сметаной	150/10/5	5,032	4,358	12,307	108,812
3. Фрикадельки из птицы 2 вариант	50	11,471	11,142	4,792	165,249
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	100	1,623	0,899	7,288	43,852
5. Напиток из клюквы, протертой с сахаром 2 вариант	150	0	0	26,99	107,928
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,222	0,241	7,371	37,223
Итого:		19,712	17,835	60,749	483,274
Полдник					
1. Жаркое по-домашнему	100	11,972	7,249	8,809	148,353
2. Компот из чернослива	100	0,297	0,09	16,171	68,02
3. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,222	0,241	7,371	37,223
4. Ватрушка с творогом	50	6,297	2,352	23,652	141,624
5. Яблоко свежее	70	0,284	0,284	6,955	33,355
Итого:		20,072	10,216	62,958	428,575
Итого за день:		51,885	42,194	172,183	1286,39

Диетсестра_____Новгородова Е.С.

Заведующий_____Галкова Н.Г.