

Меню на 24.10.2025, День 10

ГБДОУ Детский сад № 37

Сад 3-7 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Какао с молоком	180	3,266	2,655	12,979	89,919
2. Бутерброд с маслом	40	2,72	5,175	17,575	128,05
3. Каша рисовая жидкая	180	4,739	6,269	29,95	195,809
Итого:		10,725	14,099	60,503	413,778
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Сок персиковый	180	0,529	0	29,118	120
2. Салат из свеклы	60	0,65	3,64	3,812	50,558
3. Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/1	5,76	5,272	13,532	125,316
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,269	2,052	10,671	71,501
5. Котлеты рубленные из птицы	70	1,582	7,409	7,279	101,234
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		15,081	19,663	91,381	606,609
Полдник					
1. Огурец свежий	50	0,378	0	1,181	6,616
2. Жаркое по-домашнему	140	16,168	10,381	11,031	202,387
3. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
4. Печенье	40	2,4	2,56	27,4	180,4
5. Мандарин свежий	100	0,8	0,2	7,5	38
6. Компот из чернослива	180	0,529	0,161	34,183	142,67
Итого:		21,595	13,562	89,256	610,273
Итого за день:		51,025	50,449	256,391	1735,66

Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Какао с молоком	170	3,572	2,943	10,91	85,496
2. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
3. Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	130	3,193	4,243	19,824	130,696
Итого:		8,715	12,06	43,3	318,342
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. Напиток из клюквы, протертой с сахаром 2 вариант	150	0	0	27,607	110,392
2. Салат из свеклы	30	0,325	1,82	1,906	25,279
3. Рассольник с говядиной и сметаной	150/10/5	5,529	5,91	12,922	127,435
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	100	1,457	1,364	6,955	46,749
5. Фрикадельки из птицы 2 вариант	50	1,048	0,569	5,171	30,146
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		9,679	9,922	62,521	380,202
Полдник					
1. Компот из чернослива	100	0,288	0,088	17,168	71,9
2. Жаркое по-домашнему	100	13,394	8,957	7,733	165,196
3. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
4. Печенье в ассортименте	20	1,2	1,28	13,7	90,2
5. Мандарины свежие	80	0,64	0,16	6	30,4
Итого:		16,842	10,744	52,56	397,896
Итого за день:		38,86	35,852	173,631	1201,44

заведующий_____Е. В. Дмитриева