

Меню на 27.10.2025, День 1

ГБДОУ Детский сад № 37

Сад 3-7 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Кофейный напиток с молоком	180	2,86	2,256	11,4	82,881
2. Бутерброд с джемом	40	1,784	3,135	21,786	120,82
3. Каша пшеничная жидкая	180	6,262	7,553	29,003	209,594
Итого:		10,907	12,944	62,189	413,295
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	0,54	0	29,7	122,4
2. Огурец свежий	50	0,378	0	1,181	6,616
3. Суп картофельный с клецками и говядиной и зеленью петрушки	200/10/1	3,404	2,787	11,175	83,655
4. Картофельное пюре с морковью	150	2,852	5,656	18,579	137,33
5. Рыба запеченная в омлете	70	16,298	4,627	2,109	115,106
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		27,762	14,361	89,714	603,107
Полдник					
1. Чай с молоком	180	2,535	2,185	10,183	71,136
2. Плов из птицы	130	2,345	7,211	23,532	168,631
3. Хлеб ржаной	15	1,32	0,26	7,96	40,2
4. Вафли	20	0,78	6,12	12,5	108,4
5. Груша	80	0,32	0,24	8,24	37,6
Итого:		7,299	16,016	62,415	425,967
Итого за день:		49,593	46,446	229,568	1547,36

Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Какао с молоком	180	2,917	2,408	12,671	84,888
2. Бутерброд с маслом	25	1,623	4,089	10,454	85,288
3. Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	130	4,668	4,315	22,535	148,001
Итого:		9,207	10,812	45,66	318,177
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. Сок персиковый	150	0,45	0	24,75	102
2. Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,14	7,2
3. Суп картофельный с клецками, говядиной и зеленью петрушки	150/5/10	2,211	1,882	8,542	60,167
4. Пюре картофельное с морковью	110	2,142	2,508	12,9	83,276
5. Рыба запеченная в омлете	50	10,406	3,434	1,543	78,599
6. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		18,398	8,743	66,855	423,242
Полдник					
1. Чай с сахаром	150	0	0	4,99	19,95
2. Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,725	1,512	23,839	123,968
3. Фрикадельки из птицы	50	1,048	0,569	5,171	30,146
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Вафли	20	0,78	6,12	12,5	108,4
6. Груша свежая	50	0,2	0,15	5,15	23,5
Итого:		7,072	8,61	59,61	346,164
Итого за день:		38,303	31,29	187,375	1192,58

заведующий_____Е. В. Дмитриева