

Меню на 31.10.2025, День 5

ГБДОУ Детский сад № 37

Сад 3-7 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Чай с молоком	200	2,816	2,427	11,347	79,162
2. Бутерброд с сыром	40	5,731	5,732	11,473	121,555
3. Каша "дружба"	180	5,395	8,044	24,107	191,336
Итого:		13,941	16,203	46,927	392,053
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
2. Салат из свеклы	60	0,65	3,64	3,812	50,558
3. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10/1	2,021	3,451	13,399	93,446
4. Запеканка картофельная с мясом	150	9,61	8,918	18,531	192,628
5. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
6. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		16,571	17,299	62,713	474,633
Полдник					
1. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	16,24	64,95
2. Помидор свежий	50	0,553	0,101	1,911	12,072
3. Макароны, запеченные с яйцом	150	7,327	9,62	26,396	221,754
4. Хлеб ржаной	15	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Булочка "творожная"	70	10,044	4,374	38,334	233,911
6. Груша	80	0,32	0,24	8,24	37,6
Итого:		19,564	14,595	99,082	610,486
Итого за день:		53,701	51,222	223,971	1582,17

Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Кофейный напиток с молоком	180	2,696	2,138	13,447	88,758
2. Бутерброд с сыром	30	4,17	4,08	9,018	90,3
3. Каша из пшена и риса молочная жидкая "дружба"	130	3,908	5,813	17,502	138,626
Итого:		10,774	12,03	39,967	317,684
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	150	0	0	15,765	63,045
2. Огурец свежий	30	0,228	0	0,712	3,986
3. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	150/10/1	1,581	2,963	10,139	74,135
4. Запеканка картофельная с мясом	130	8,482	7,089	19,06	173,88
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		11,611	10,312	53,636	355,246
Полдник					
1. Сок персиковый	150	0,45	0	24,75	102
2. Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,14	7,2
3. Яйцо вареное	40	5,9	5,337	0,326	72,938
4. Макароны изделия отварные с маслом	100	3,725	1,512	23,839	123,968
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Булочка "творожная"	70	10,044	4,374	38,334	233,911
7. Груша	70	0,28	0,21	7,21	32,9
Итого:		22,049	11,753	103,56	613,117
Итого за день:		48,059	37,22	212,413	1391,04

заведующий_____Е. В. Дмитриева