

Меню на 01.11.2025, День 6

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. Каша пшенная жидкая	200	6,221	7,174	28,285	203,356
3. Батон	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		11,006	10,18	52,21	350,987
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Кисель из кураги	180	0,946	0,054	30,972	128,92
2. Помидор свежий	50	0,553	0,101	1,911	12,072
3. Суп картофельный с горохом и гречками	200/10	6,072	2,599	24,636	146,637
4. Овощи в молочном соусе	150	3,098	5,791	13,564	119,66
5. Рулет с луком и яйцом	70	11,676	9,624	5,174	153,806
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		26,636	19,459	103,227	699,096
Полдник					
1. Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8
2. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
3. Макароны изделия отварные	130	4,884	4,122	31,195	181,56
4. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
5. Апельсин свежий	80	0,752	0,167	6,77	35,939
Итого:		10,166	5,629	79,135	418,199
Итого за день:		51,433	38,393	249,823	1573,28

Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Кофейный напиток с молоком	150	2,696	2,138	12,549	85,167
2. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
3. Каша пшенная жидкая с маслом сливочным	130	4,668	4,819	22,182	151,277
Итого:		9,313	11,832	47,296	338,594
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. Кисель из кураги	150	0,786	0,045	19,827	83,505
2. Огурец свежий	30	0,228	0	0,712	3,986
3. Суп картофельный с горохом и гречками	150/10	4,735	2,042	19,346	115,027
4. Овощи в молочном соусе	100	1,86	2,185	8,043	59,87
5. Котлета мясная (говядина)	70	9,449	7,583	4,559	123,459
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		18,377	12,115	60,447	426,047
Полдник					
1. Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69
2. Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,395	1,473	21,724	113,828
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. Апельсин свежий	70	0,658	0,146	5,924	31,448
Итого:		7,323	3,309	64,458	344,676
Итого за день:		38,639	30,381	187,451	1214,31

заведующий_____Е. В. Дмитриева