

Меню на 06.06.2025, 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	3,069	5,936	13,469	120,184
Итого:		9,055	13,766	44,023	338,153
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:				12,974	51,87
Обед					
1. Компот из чернослива	180	0,529	0,161	34,183	142,67
2. Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/1	2,775	3,736	16,349	110,781
3. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,168	1,979	8,917	63,218
4. Котлеты рубленные из птицы	70	1,582	7,409	7,279	101,234
5. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
6. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		11,344	14,575	93,698	555,902
Полдник					
1. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	16,24	64,95
2. Огурец свежий	50	0,378	0	1,181	6,616
3. Жаркое по-домашнему	140	8,936	6,65	16,648	162,453
4. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Печенье	30	1,8	1,92	20,55	135,3
6. Груша	70	0,28	0,21	7,21	32,9
Итого:		12,714	9,04	69,79	442,419
Итого за день:		33,114	37,381	220,485	1388,34

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	2,577	3,712	18,805	119,234
Итого:		8,099	11,529	42,281	306,88
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	150	0	0	4,99	19,95
Итого:				4,99	19,95
Обед					
1. Напиток из клюквы, протертой с сахаром 2 вариант	150	0	0	26,413	105,617
2. Рассольник с говядиной и сметаной	150/10/5	2,585	4,324	17,159	118,398
3. Овощи, припущенные в сметанном соусе	100	1,457	1,318	5,742	41,347
4. Фрикадельки из птицы 2 вариант	50	1,048	0,569	5,171	30,146
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		6,409	6,471	62,445	335,708
Полдник					
1. Компот из чернослива	100	0,288	0,088	17,168	71,9
2. Огурец свежий	30	0,228	0	0,712	3,986
3. Жаркое по-домашнему	100	4,986	4,697	11,849	109,807
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Печенье в ассортименте	20	1,2	1,28	13,7	90,2
6. Груша свежая	70	0,28	0,21	7,212	32,909
Итого:		8,302	6,534	58,601	349,002
Итого за день:		22,81	24,535	168,317	1011,53

заведующий_____Е. В. Дмитриева