

Меню на 16.06.2025, 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	2,729	2,143	11,183	80,444
2. Яйцо вареное	20	2,831	2,56	0,156	34,992
3. Каша пшенная жидкая	200	6,249	7,198	28,331	203,874
4. Батон	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		13,734	12,652	52,196	384,061
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:				12,974	51,87
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	5,423	2,485	19,771	123,369
4. Овощи в молочном соусе	150	1,314	5,217	7,016	80,594
5. Рулет с луком и яйцом	70	11,505	9,606	4,338	149,497
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		24,032	18,753	90,978	632,452
Полдник					
1. Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8
2. Огурец соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5
3. Картофельное пюре с морковью	130	1,453	4,454	11,18	90,805
4. Фрикадельки рыбные отварные	70	5,029	3,19	5,331	70,158
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
7. Яблоко свежее	75	0,3	0,3	7,35	35,251
Итого:		11,712	9,334	65,882	403,414
Итого за день:		49,478	40,738	222,03	1471,79

Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Кофейный напиток с молоком	150	2,448	1,924	12,139	80,55
2. Каша пшенная жидкая с маслом сливочным	130	4,031	4,27	21,127	139,415
3. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
Итого:		8,428	11,069	45,831	322,115
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:				12,974	51,87
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	4,196	1,946	15,298	95,677
4. Овощи в молочном соусе	100	0,514	1,76	3,046	30,22
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:		16,493	11,594	51,402	377,046
Полдник					
1. Напиток лимонный	130	0,062	0,007	13,182	54,227
2. Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,9
3. Картофельное пюре с морковью	100	1,066	1,801	8,219	53,507
4. Биточек рыбный	50	2,015	4,364	4,559	64,805
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Печенье в ассортименте	20	1,2	1,28	13,7	90,2
7. Яблоко свежее	70	0,282	0,282	6,899	33,088
Итого:		6,185	8,023	55,03	339,928
Итого за день:		31,106	30,686	165,237	1090,95

заведующий_____Е. В. Дмитриева