

Меню на 17.06.2025, День 7

ГБДОУ Детский сад № 37

Сад 3-7 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Чай с молоком	200	2,878	2,481	11,449	80,315
2. Салат из зеленого горошка консервированного	40	0,416	2,025	0,873	23,352
3. Омлет натуральный	140	21,673	29,23	1,882	357,401
4. Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		26,507	34,336	24,225	512,869
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:				12,974	51,87
Обед					
1. Компот из чернослива	180	0,52	0,158	24,971	105,736
2. Огурец свежий	50	0,379	0	1,186	6,64
3. Щи из квашеной капусты с картофелем, говядиной и сметаной	200/15/1	1,451	3,204	3,102	48,416
4. Пюре картофельное	130	2,543	4,124	19,878	127,082
5. Фрикадельки из птицы	70	1,448	0,786	7,14	41,641
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		9,862	9,262	78,237	441,616
Полдник					
1. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
2. Голубцы ленивые	150	7,119	7,707	8,839	133,997
3. Булочка "творожная"	70	4,262	2,517	25,553	142,158
4. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Груша свежая	70	0,28	0,21	7,212	32,909
Итого:		12,981	10,694	49,565	349,264
Итого за день:		49,35	54,292	165	1355,61

Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Чай с молоком	180	0,543	0,468	6,887	34,053
2. Салат из горошка зеленого консервированного	25	0,895	1,555	1,877	25,044
3. Омлет Натуральный	100	9,61	16,497	0,889	190,521
4. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		12,588	19,12	19,673	301,417
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:				12,974	51,87
Обед					
1. Сок персиковый	150	0,45	0	24,75	102
2. Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,14	7,2
3. Щи из квашеной капусты с картофелем, говядиной и сметаной	150	6,607	4,761	4,547	88,589
4. Пюре картофельное	120	2,47	4,155	16,424	113,305
5. Котлета рубленая из говядины	80	8,726	6,099	7,213	117,406
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
7. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		21,443	15,934	72,053	520,5
Полдник					
1. Компот из изюма	150	0,26	0,057	14,921	61,679
2. Винегрет овощной с сельдью	70	0,258	4,018	0,619	40,045
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. Груша свежая	70	0,28	0,21	7,212	32,909
Итого:		3,318	5,824	44,411	265,033
Итого за день:		37,349	40,879	149,112	1138,82

заведующий_____Е. В. Дмитриева