

Меню на 26.06.2025, День 4

ГБДОУ Детский сад № 37

Сад 3-7 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Кофейный напиток с молоком	200	3,342	2,648	12,972	95,279
2. Бутерброд с маслом	40	2,72	5,175	17,575	128,05
3. Каша манная жидкая	180	5,194	7,153	26,815	193,092
Итого:		11,256	14,976	57,361	416,422
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Компот из чернослива	180	0,52	0,158	24,971	105,736
2. Огурец соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5
3. Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей	200/10	2,312	2,019	16,677	94,444
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	1,035	6,46	5,057	82,935
5. Пудинг рыбный запеченный	70	4,519	4,977	5,685	85,706
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		13,075	14,955	80,209	513,32
Полдник					
1. Молоко кипяченое	200	12,15	10,474	20,11	226,233
2. Запеканка из творога с джемом	150/13	37,642	14,433	35,116	425,347
3. Пряник	30	1,77	1,41	22,5	109,8
4. Яблоко	80	0,32	0,32	7,84	37,6
Итого:		51,881	26,637	85,565	798,98
Итого за день:		79,837	59,693	238,386	1833,72

Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Какао с молоком	180	2,669	2,194	12,26	80,271
2. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
3. Каша манная жидкая со сливочным маслом	130	3,121	3,632	17,995	117,5
Итого:		7,74	10,7	42,821	299,921
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:				12,974	51,87
Обед					
1. Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69
2. Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,9
3. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	150/5/1	1,001	0,879	6,716	38,879
4. Рагу овощное (1-й вариант)	100	0,458	4,556	2,919	54,799
5. Пудинг рыбный запеченный	65	3,768	4,503	4,947	75,414
6. Батон обогащенный	15	1,155	0,45	7,515	38,85
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		8,692	10,828	45,717	321,042
Полдник					
1. Молоко кипяченое	150	6,834	5,891	11,312	127,256
2. Запеканка из творога с джемом	100/20	13,579	6,246	19,528	189,293
3. Печенье в ассортименте	20	1,2	1,28	13,7	90,2
4. Яблоко	60	0,24	0,24	5,88	28,2
Итого:		21,853	13,658	50,42	434,949
Итого за день:		38,285	35,186	151,931	1107,78

заведующий_____Е. В. Дмитриева