

Меню на 10.06.2025, День 7

ГБДОУ детский сад № 4 Кир.р. (пом.51-н)

Сад 12ч (новый СанПин)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Салат из зеленого горошка консервированного	40	0,468	2,028	0,982	24,022
2. Омлет натуральный	140	27,481	34,451	3,416	433,936
3. Чай с молоком	200	3,335	2,875	12,207	88,833
4. Батон	35	2,695	1,05	17,535	90,65
Итого:		33,979	40,404	34,139	637,441
2й Завтрак					
1. Ряженка	180	5,232	4,511	7,578	97,427
Итого:		5,232	4,511	7,578	97,427
Обед					
1. Салат картофельный	50	0,363	5,056	2,405	56,675
2. Щи из квашеной капусты с картофелем, говядиной и сметаной	200	3,893	4,4	3,102	68,928
3. Пюре из свеклы	130	1,874	3,918	11,794	89,827
4. Фрикадельки из птицы	70	1,448	0,786	7,14	41,641
5. Компот из чернослива	180	0,52	0,158	24,971	105,736
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	35	2,695	1,05	17,535	90,65
Итого:		12,773	15,758	78,887	513,756
Полдник					
1. Голубцы ленивые	150	13,59	10,878	8,839	188,354
2. Булочка "творожная"	70	8,791	3,64	33,439	202,64
3. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
4. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Яблоко	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		24,021	15,098	58,086	468,831
Итого за день:		76,005	75,771	178,69	1717,45

Ясли

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Салат из зеленого горошка консервированного	30	0,286	1,517	0,6	17,177
2. Омлет натуральный	100	12,834	19,423	1,093	230,573
3. Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
4. Чай с молоком	150	2,251	1,941	9,715	65,863
Итого:		16,911	23,481	21,428	365,413
2й Завтрак					
1. Ряженка	150	4,36	3,759	6,315	81,189
Итого:		4,36	3,759	6,315	81,189
Обед					
1. Салат картофельный	40	0,627	3,611	4,615	53,595
2. Щи из квашеной капусты с картофелем, говядиной и сметаной	150	3,823	4,104	4,464	71,3
3. Пюре из свеклы	120	1,016	3,861	6,761	65,807
4. Фрикадельки из птицы	60	1,265	0,701	6,09	35,921
5. Компот из чернослива	150	0,405	0,123	17,605	74,981
6. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
7. Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		9,996	13,26	57,516	393,604
Полдник					
1. Голубцы ленивые	140	12,511	10,451	7,62	175,216
2. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
3. Яблоко	60	0,246	0,246	6,037	28,952
4. Булочка "творожная"	50	7,202	3,112	25,667	160,232
5. Напиток витаминизированный	150	0	0	0	0
Итого:		21,279	14,07	47,285	404,6
Итого за день:		52,546	54,569	132,542	1244,80

Заведующий_____Ястребинская А.А.