

Меню на 30.06.2025, День 1

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

Сад 12ч (новый СанПин)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с джемом	40	2,921	3,598	28,335	156,006
2. Каша пшеничная жидкая	180	6,676	7,946	29,687	217,616
3. Кофейный напиток с молоком	180	3,541	2,843	12,526	95,553
Итого:		13,137	14,387	70,548	469,175
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	4,413	3,804	18,565	127,826
Итого:		4,413	3,804	18,565	127,826
Обед					
1. Огурец свежий	50	0,45	0	1,406	7,875
2. Суп картофельный с клецками и говядиной и зеленью петрушки	200/10/1	4,363	3,449	6,678	75,279
3. Рыба запеченная в омлете	70	10,659	5,175	2,328	98,438
4. Картофельное пюре с морковью	150	2,759	5,76	18,319	136,555
5. Сок персиковый	180	0,553	0	30,395	125,263
6. Хлеб ржаной	30	2,152	0,424	12,978	65,544
7. Батон	35	2,837	1,105	18,458	95,421
Итого:		23,773	15,913	90,563	604,376
Полдник					
1. Плов из птицы	130	2,212	7,197	22,799	164,937
2. Хлеб ржаной	15	1,076	0,212	6,489	32,771
3. Груша	80	0,368	0,276	9,481	43,261
4. Чай с молоком	180	2,998	2,584	11,25	80,962
5. Булочка "творожная"	70	9,135	3,733	33,523	205,247
Итого:		15,789	14,002	83,542	527,178
Итого за день:		57,112	48,106	263,218	1728,55

Ясли

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с джемом	35	2,501	2,61	24,377	129,78
2. Каша пшеничная жидкая	130	5,151	5,316	25,313	170,079
3. Кофейный напиток с молоком	150	3,765	3,071	13,184	100,38
Итого:		11,417	10,997	62,874	400,239
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	4,413	3,804	18,565	127,826
Итого:		4,413	3,804	18,565	127,826
Обед					
1. Огурец свежий	35	0,333	0	1,042	5,833
2. Суп картофельный с клецками и говядиной и зеленью петрушки	150/1	4,151	3,046	9,618	82,61
3. Рыба запеченная в омлете	60	9,183	4,494	2,12	85,57
4. Картофельное пюре с морковью	130	2,325	4,977	15,189	115,186
5. Сок персиковый	150	0,474	0	26,053	107,369
6. Хлеб ржаной	20	1,435	0,283	8,652	43,695
7. Батон	30	2,432	0,947	15,821	81,79
Итого:		20,332	13,748	78,495	522,053
Полдник					
1. Плов из птицы	130	2,072	6,178	21,319	149,287
2. Чай с молоком	150	2,406	2,074	9,971	68,745
3. Хлеб ржаной	20	1,435	0,283	8,652	43,695
4. Груша	70	0,327	0,245	8,427	38,455
5. Булочка "творожная"	50	7,455	3,181	25,732	162,16
Итого:		13,695	11,962	74,101	462,342
Итого за день:		49,858	40,511	234,035	1512,46

Заведующий_____Ястребинская А.А.