

Меню на 09.06.2025, День 6

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

Сад 12ч (новый СанПин)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо вареное	20	2,985	2,7	0,165	36,9
2. Каша пшенная жидкая	200	6,052	7,226	26,581	196,363
3. Кофейный напиток с молоком	180	3,433	2,75	12,348	93,546
4. Батон	35	2,695	1,05	17,535	90,65
Итого:		15,165	13,726	56,629	417,459
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Помидор свежий	40	0,47	0,086	1,625	10,26
2. Суп картофельный с горохом и гречками	200/10	6,116	2,755	24,281	146,683
3. Овощи в молочном соусе	150	1,948	5,698	8,142	92,148
4. Котлета мясная (говядина)	40	11,794	8,142	3,647	134,344
5. Кисель из кураги	180	0,949	0,054	33,318	138,31
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	35	2,695	1,05	17,535	90,65
Итого:		25,953	18,174	100,488	672,695
Полдник					
1. Огурец соленый	50	0,403	0,05	0,856	6,546
2. Фрикадельки рыбные отварные	70	6,385	3,241	5,331	76,007
3. Картофельное пюре с морковью	130	1,965	4,895	12,027	100,325
4. Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Банан свежий	80	1,197	0,399	16,758	76,608
Итого:		12,17	9,025	61,112	382,486
Итого за день:		56,912	44,05	233,478	1577,63

Ясли

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо вареное	20	2,985	2,7	0,165	36,9
2. Каша пшенная жидкая	130	4,049	5,47	19,045	142,096
3. Кофейный напиток с молоком	150	3,536	2,874	12,805	96,114
4. Батон	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		12,495	11,794	44,54	339,86
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Помидор свежий	40	0,47	0,086	1,625	10,26
2. Суп картофельный с горохом и гречками	150/10	4,971	2,103	21,688	125,825
3. Овощи в молочном соусе	130	1,623	3,61	10,419	80,938
4. Котлета мясная (говядина)	40	9,647	7,097	3,146	114,366
5. Кисель из кураги	150	0,789	0,045	24,668	102,87
6. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
7. Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		20,36	13,801	79,526	526,258
Полдник					
1. Огурец соленый	40	0,324	0,041	0,689	5,265
2. Фрикадельки рыбные отварные	60	4,825	3,085	4,326	64,363
3. Картофельное пюре с морковью	120	2,342	4,633	18,453	125,14
4. Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Банан	70	1,05	0,35	14,7	67,2
Итого:		10,611	8,518	61,278	371,168
Итого за день:		47,091	37,238	200,594	1342,28

Заведующий_____Ястребинская А.А.