

Меню на 04.09.2025, День 4

ГБДОУ Детский сад №20 Кир. р.

Сад 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	40	2,35	4,362	15,191	109,677
2. Каша манная жидкая	180	5,331	6,426	27,373	189,347
3. Кофейный напиток с молоком	200	3,426	2,723	12,976	96,273
Итого:		11,108	13,511	55,539	395,297
2й Завтрак					
1. Ряженка	125	3,516	3,031	5,093	65,475
Итого:		3,516	3,031	5,093	65,475
Обед					
1. Огурец соленый	50	0,253	0,032	0,539	4,119
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	2,668	2,462	14,921	92,803
3. Пудинг рыбный запеченный	70	10,115	4,551	5,543	103,54
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	1,764	6,001	10,472	103,454
5. Компот из чернослива	180	0,569	0,173	25,98	110,331
6. Хлеб ржаной	30	2,087	0,411	12,583	63,548
7. Батон	35	1,997	0,778	12,992	67,164
Итого:		19,453	14,408	83,029	544,959
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	37,69	14,162	33,712	417,714
2. Молоко кипяченое	200	12,493	10,77	20,679	232,634
3. Пряник	30	1,752	1,396	22,277	108,713
4. Яблоко	80	0,334	0,334	8,174	39,204
Итого:		52,269	26,661	84,842	798,265
Итого за день:		86,347	57,611	228,503	1803,99

Ясли 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,685	4,103	10,86	87,289
2. Каша манная жидкая со сливочным маслом	130	3,204	3,262	18,363	115,979
3. Какао с молоком	180	2,687	2,22	12,186	80,268
Итого:		7,575	9,584	41,409	283,535
2й Завтрак					
1. Ряженка	125	3,516	3,031	5,093	65,475
Итого:		3,516	3,031	5,093	65,475
Обед					
1. Салат картофельный	30	0,652	4,681	4,988	64,789
2. Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью петрушки	150/10/5	3,131	3,722	6,611	72,784
3. Пудинг рыбный запеченный	65	10,309	4,15	4,807	97,682
4. Рагу овощное (1-й вариант)	100	0,948	4,229	6,641	68,757
5. Сок яблочный	150	3	0	10,5	54
6. Батон обогащенный	15	0,998	0,389	6,496	33,582
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,391	0,274	8,389	42,365
Итого:		20,429	17,445	48,432	433,959
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	100/20	13,589	6,097	18,522	184,109
2. Молоко кипяченое	150	7,028	6,058	11,632	130,857
3. Печенье в ассортименте	20	1	1,067	11,417	75,168
4. Яблоко	60	0,25	0,25	6,131	29,403
Итого:		21,867	13,472	47,701	419,537
Итого за день:		53,387	43,532	142,635	1202,50

Диетсестра_____Новгородова Е.С.

Заведующий_____Галкова Н.Г.