

Меню на 05.09.2025, День 5

ГБДОУ Детский сад №20 Кир. р.

Сад 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	5,11	4,917	11,666	112,359
2. Каша "дружба"	180	6,625	8,675	25,018	205,938
3. Чай с молоком	200	3,018	2,602	12,588	86,55
Итого:		14,753	16,193	49,272	404,846
2й Завтрак					
1. Йогурт фруктовый в инд.упаковке	125	3,516	3,031	14,793	101,85
Итого:		3,516	3,031	14,793	101,85
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,443	4,362	2,602	51,406
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10/1	4,215	4,847	15,7	123,833
3. Запеканка картофельная с мясом	150	7,692	7,696	30,923	223,491
4. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
5. Хлеб ржаной	30	2,066	0,407	12,457	62,909
6. Батон	35	2,349	0,915	15,283	79,005
Итого:		16,766	18,227	76,964	540,645
Полдник					
1. Помидор свежий	50	0,5	0,091	1,726	10,901
2. Макароны, запеченные с яйцом	150	7,119	9,05	27,454	219,913
3. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	20,549	82,183
4. Хлеб ржаной	15	1,377	0,271	8,305	41,941
5. Ватрушка с творогом	70	9,493	4,457	33,009	211,181
6. Груша	80	0,339	0,254	8,725	39,812
Итого:		18,828	14,123	99,768	605,931
Итого за день:		53,863	51,574	240,795	1653,27

Ясли 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	3,737	3,509	9,169	83,93
2. Каша из пшена и риса молочная жидкая "дружба"	130	3,738	5,356	16,395	129,418
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,544	2,018	14,296	90,17
Итого:		10,019	10,883	39,86	303,517
2й Завтрак					
1. Йогурт фруктовый в инд.упаковке	125	3,516	3,031	14,793	101,85
Итого:		3,516	3,031	14,793	101,85
Обед					
1. Огурец свежий	30	0,338	0	1,057	5,918
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	150/10/1	3,71	4,4	11,825	102,176
3. Запеканка картофельная с мясом	130	6,124	5,137	27,733	181,489
4. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	150	0	0	19,129	76,498
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,377	0,271	8,305	41,941
Итого:		11,549	9,809	68,048	408,023
Полдник					
1. Помидор свежий	30	0,298	0,054	1,029	6,502
2. Яйцо вареное	40	5,9	5,337	0,326	72,938
3. Макароны изделия отварные с маслом	100	3,374	1,319	21,599	111,857
4. Сок персиковый	150	0,5	0	27,5	113,334
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,377	0,271	8,305	41,941
6. Пирожки печеные с картошкой	40	2,459	1,155	17,28	89,479
7. Груша	70	0,296	0,222	7,634	34,835
Итого:		14,205	8,358	83,674	470,885
Итого за день:		39,289	32,081	206,373	1284,27

Диетсестра_____Новгородова Е.С.

Заведующий_____Галкова Н.Г.