

Меню на 10.06.2025, День 2

ГБДОУ Детский сад №20 Кир. р.

Сад 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	4,719	4,717	9,47	100,156
2. Каша рисовая жидкая	180	4,174	5,537	25,084	166,871
3. Какао с молоком	180	2,932	2,401	12,176	82,945
Итого:		11,824	12,654	46,73	349,973
2й Завтрак					
1. Ряженка	125	3,179	2,74	4,603	59,186
Итого:		3,179	2,74	4,603	59,186
Обед					
1. Салат из моркови и яблок	50	0,343	2,519	3,499	38,857
2. Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной и зеленью петрушки	200/10/1	3,739	3,813	6,031	73,53
3. Печень по-строгановски	60/30	16,07	6,915	6,977	154,739
4. Макаронные изделия отварные	150/5	4,493	4,271	28,689	171,299
5. Компот из изюма	180	0,329	0,071	18,878	78,034
6. Хлеб ржаной	30	1,749	0,345	10,548	53,269
Итого:		26,724	17,933	74,621	569,728
Полдник					
1. Шницель рыбный натуральный	60	9,482	6,426	1,135	98,95
2. Пюре картофельное	120	2,298	3,754	14,943	102,881
3. Напиток из плодов шиповника	180	0,717	0,295	21,559	105,357
4. Хлеб ржаной	20	1,166	0,23	7,032	35,513
5. Булочка "творожная"	70	7,435	3,214	26,114	163,256
6. Апельсин свежий	80	0,581	0,129	5,228	27,752
Итого:		21,679	14,048	76,01	533,708
Итого за день:		63,406	47,375	201,964	1512,59

Ясли 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	3,434	3,358	7,443	74,41
2. Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	130	3,037	3,788	19,36	123,687
3. Чай с молоком	170	1,057	0,853	7,096	40,275
Итого:		7,528	7,998	33,9	238,373
2й Завтрак					
1. Ряженка	125	3,179	2,74	4,603	59,186
Итого:		3,179	2,74	4,603	59,186
Обед					
1. Салат из свеклы	40	0,625	2,356	3,667	38,33
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	150/5/1	2,495	1,839	10,816	69,832
3. Печень по-строгановски	50/30	13,441	7,817	6,024	148,493
4. Каша гречневая рассыпчатая	90	6,314	3,896	28,572	174,361
5. Компот из изюма	150	0,279	0,061	15,079	62,456
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,166	0,23	7,032	35,513
Итого:		24,319	16,198	71,19	528,984
Полдник					
1. Шницель рыбный натуральный	50	8,249	5,401	0,974	84,449
2. Пюре картофельное	100	2,004	3,082	13,295	88,941
3. Напиток из плодов шиповника	150	0,498	0,205	11,812	60,532
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,166	0,23	7,032	35,513
5. Булочка "творожная"	50	6,111	2,905	18,483	125,213
6. Груша свежая	50	0,2	0,15	5,15	23,5
Итого:		18,229	11,973	56,746	418,148
Итого за день:		53,254	38,909	166,439	1244,69

Диетсестра_____Новгородова Е.С.

Заведующий_____Галкова Н.Г.