

Меню на 18.07.2025, День 5

ГБДОУ детский сад №60

Сад 12 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	5,731	5,732	11,473	121,555
2. Каша "дружба"	180	6,696	9,167	26,262	215,575
3. Чай с молоком	200	2,878	2,481	11,449	80,315
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	13,473	53,865
Итого:		15,304	17,379	49,184	417,445
2й Завтрак					
1. Кефир	150	4,36	3,759	6,014	79,686
2. Груша свежая	70	0,28	0,21	7,212	32,909
Итого:		4,64	3,969	13,226	112,595
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,201	3,61	1,177	37,98
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10/1	1,946	3,447	13,079	91,735
3. Запеканка картофельная с мясом	150	12,521	13,779	22,919	265,452
4. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	13,473	53,865
5. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
6. Батон	30	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		18,957	22,125	64,145	533,167
Полдник					
1. Помидор свежий	50	0,553	0,101	1,911	12,072
2. Макароны, запеченные с яйцом	150	7,37	9,248	29,082	229,217
3. Хлеб ржаной	15	1,32	0,26	7,96	40,2
4. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	16,24	64,95
5. Ватрушка с творогом	70	9,386	4,725	31,364	206,591
Итого:		18,63	14,334	86,557	553,03
Итого за день:		57,531	57,807	213,112	1616,23

Ясли12ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	4,17	4,08	9,018	90,3
2. Каша из пшена и риса молочная жидкая "дружба"	130	3,841	5,755	17,391	137,375
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,448	1,924	13,037	84,141
Итого:		10,459	11,758	39,446	311,816
2й Завтрак					
1. Кефир	150	4,36	3,759	6,014	79,686
2. Груша	70	0,28	0,21	7,21	32,9
Итого:		4,64	3,969	13,224	112,586
Обед					
1. Салат из свеклы	30	0,025	1,8	0,147	16,884
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	150/10/1	1,523	2,96	9,891	72,811
3. Запеканка картофельная с мясом	130	10,621	11,083	20,561	224,231
4. Сок персиковый	150	0,45	0	24,75	102
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		13,939	16,103	63,309	456,125
Полдник					
1. Яйцо вареное	40	5,9	5,337	0,326	72,938
2. Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,14	7,2
3. Макароны изделия отварные с маслом	100	3,725	1,512	23,839	123,968
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	150	0	0	15,765	63,045
6. Пирожки печеные с картошкой	40	2,261	1,119	15,604	81,647
Итого:		13,536	8,288	64,635	388,998
Итого за день:		42,574	40,118	180,613	1269,52

М/с _____Рачихина В.С.

Заведующая _____Еникеева Н.В.