

Меню на 26.06.2025, День 9

ГБДОУ детский сад №44

Сад 12ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. бутерброд с маслом	30	1,931	8,662	12,325	135,203
2. Каша овсяная "геркулес" жидкая	200	6,141	8,001	26,564	203,216
1. (замена аллергикам) Греча рассыпчатая с маслом сл. (алл.)	150	4,39	5,108	19,824	142,663
3. Чай с молоком	180	1,769	1,58	8,374	55,093
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром(аллерг.)	180	0	0	10,208	40,81
Итого:		9,84	18,242	47,264	393,512
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Огурец свежий	44	0,346	0	1,081	6,052
2. Борщ с капустой и картофелем, говядиной , сметаной и зеленью петрушки	200/10/1	1,536	3,349	9,117	73,287
1. (замена аллергикам) щи из свежей капусты (аллер.)	200	0,6	2,459	2,353	34,241
3. Рыба (филе) отварная	60	4,965	0,189	0,134	21,982
4. Соус польский	20	0,954	8,736	0,151	83,087
5. Пюре картофельное	120	4,247	4,314	31,716	183,142
1. (замена аллергикам) Картофель отварной сл.м. (аллерг.)	130	5,998	5,159	48,722	265,92
6. Сок абрикосовый	200	1,275	0	32,373	140,196
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром(аллерг.)	180	0	0	10,208	40,81
7. Хлеб ржаной	30	1,987	0,391	11,98	60,501
8. Батон обогащенный	44	3,294	1,284	21,435	110,811
Итого:		18,603	18,263	107,986	679,056
Полдник					
1. Винегрет овощной с сельдью	60/35	1,416	8,719	1,407	90,46
1. (замена аллергикам) Каша пшено рассыпчатая (алл.)	200	4,018	6,693	27,059	184,665
2. Булочка молочная	70	7,572	2,83	44,886	235,685
3. Напиток лимонный	180	0,128	0,014	18,441	76,863
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром(аллерг.)	180	0	0	10,208	40,81
4. Хлеб ржаной	20	1,324	0,261	7,987	40,335
5. Банан свежий	70	1,05	0,35	14,7	67,2
Итого:		11,49	12,174	87,42	510,543
Итого за день:		43,559	51,805	257,919	1688,11

кладовщик_____Максимова Н.Г.

Ясли 2023

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,931	8,662	12,325	135,203
2. Каша овсяная "геркулес" жидкая	155	4,33	6,849	18,521	153,346
1. (замена аллергикам) Греча рассыпчатая с маслом сл. (алл.)	150	4,39	5,108	19,824	142,663
3. Чай с молоком	180	2,235	1,995	8,755	62,306
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллерг.)	150/5	0	0	7,005	28,006
Итого:		8,495	17,506	39,602	350,855
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Огурец свежий	35	0,276	0	0,862	4,829
2. Борщ с капустой и картофелем, говядиной , сметаной и зеленью петрушки	150/10/5	1,168	3,346	4,247	52,447
3. Рыба (филе) отварная	60	3,567	0,137	0,199	16,229
4. Соус польский	20	0,752	11,706	0,176	109,119
5. Пюре картофельное	120	6,136	3,909	47,054	248,598
6. Сок абрикосовый	200	1,275	0	32,373	140,196
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллерг.)	150/5	0	0	7,005	28,006
7. Хлеб ржаной	20	1,324	0,261	7,987	40,335
8. Батон обогащенный	30	2,353	0,917	15,311	79,15
Итого:		16,852	20,275	108,207	690,903
Полдник					
1. Винегрет овощной.	60	0,531	3,908	2,045	46,255
2. Булочка молочная	50	5,803	2,293	35,25	185,125
3. Напиток лимонный	150	0,064	0,007	10,221	42,431
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллерг.)	150/5	0	0	7,005	28,006
4. Хлеб ржаной	20	1,324	0,261	7,987	40,335
5. Банан свежий	70	1,05	0,35	14,7	67,2
Итого:		8,772	6,819	70,203	381,346
Итого за день:		37,744	47,725	233,262	1528,10

заведующего_____Малачева Е.О.