

Меню на 31.10.2025, День 10

ГБДОУ детский сад №44

Сад 12ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	40	2,111	8,48	13,508	139,04
2. Каша рисовая жидкая	180	4,896	4,997	31,461	190,924
1. (замена аллергикам) Рис отварной с маслом сл x100 (аллерг.)	150	2,346	3,94	24,601	143,256
3. Какао с молоком	180	2,824	2,406	10,167	74,313
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром(аллерг.)	180	0	0	10,123	40,471
2. (замена аллергикам) чай (аллер)	180	0	0	0	0
Итого:		9,832	15,883	55,136	404,277
2й Завтрак					
1. кефир	200	6,141	5,294	8,47	112,232
Итого:		6,141	5,294	8,47	112,232
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,6	3,635	3,521	49,161
2. Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной, с укропом	200/10/1	3,632	4,756	12,066	106,284
1. (замена аллергикам) щи из свежей капусты (аллер.)	200	1,271	2,627	5,593	51,69
3. Котлета рубленая из птицы	70	11,58	15,442	7,57	204,104
1. (замена аллергикам) мясо отварное (аллерг.)	59	6,31	5,428	0	73,959
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	1,923	1,941	7,76	57,235
1. (замена аллергикам) Овощи тушёные(аллергикам)	150	1,129	5,065	3,34	63,92
5. СОК персиковый	200	0,581	0	31,935	131,613
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром(аллерг.)	180	0	0	10,123	40,471
2. (замена аллергикам) чай (аллер)	180	0	0	0	0
6. Хлеб ржаной	30	1,991	0,392	12,004	60,624
7. Батон обогащенный	35	2,71	1,056	17,631	91,147
Итого:		23,016	27,222	92,488	700,168
Полдник					
1. Огурец свежий	50	0,38	0	1,186	6,644
2. Жаркое по-домашнему	140	10,108	10,914	11,102	183,197
1. (замена аллергикам) Греча рассыпчатая с маслом сл. (алл.)	150	4,514	5,014	20,388	144,568
3. напиток клюквенный	180	0	0	26,394	105,542
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром(аллерг.)	180	0	0	10,123	40,471
2. (замена аллергикам) чай (аллер)	180	0	0	0	0
4. Хлеб ржаной	20	1,327	0,261	8,003	40,415
5. Печенье	43	2,637	2,813	30,11	198,242
6. мандарин	98	0,772	0,193	7,239	36,678
Итого:		15,224	14,182	84,035	570,719
Итого за день:		54,214	62,581	240,129	1787,39

кладовщик_____Максимова Н.Г.

Ясли 2023

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,595	8,279	10,15	121,679
2. Каша рисовая жидкая	155	3,828	5,369	22,471	153,942
1. (замена аллергикам) Рис отварной с маслом сл (аллерг.)	150	2,346	3,94	24,601	143,256
3. Какао с молоком	180	3,014	2,595	11,567	82,372
1. (замена аллергикам) чай (аллерг)	150	0	0	0	0
Итого:		8,437	16,243	44,188	357,993
2й Завтрак					
1. Кефир	180	5,01	4,319	6,91	91,558
Итого:		5,01	4,319	6,91	91,558
Обед					
1. Салат из свеклы	40	0,44	2,426	2,58	33,882
2. рассольник ленинградский с говядиной и сметаной, с укропом	150/10/5	3,119	5,626	8,468	97,367
3. Котлета рубленая из птицы	60	6,225	10,496	6,521	139,557
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	120	1,82	1,883	8,327	58,543
5. Сок персиковый	196	0,581	0	31,935	131,613
1. (замена аллергикам) чай (аллерг)	150	0	0	0	0
6. Хлеб ржаной	20	1,327	0,261	8,003	40,415
7. Батон обогащенный	26	1,936	0,754	12,594	65,105
Итого:		15,447	21,446	78,428	566,482
Полдник					
1. Огурец свежий	40	0,303	0	0,947	5,302
2. Жаркое по-домашнему	120	10,462	9,937	13,946	187,227
3. напиток клюквенный	150	0	0	26,394	105,542
1. (замена аллергикам) чай (аллерг)	150	0	0	0	0
4. Хлеб ржаной	20	1,327	0,261	8,003	40,415
5. Печенье	30	1,978	2,11	22,582	148,681
6. мандарин	80	0,772	0,193	7,239	36,678
Итого:		14,842	12,501	79,111	523,845
Итого за день:		43,736	54,509	208,636	1539,87

заведующего_____Малачева Е.О.