

Меню на 19.09.2024, День 4

ГБДОУ детский сад №44

Сад 12ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	40	2,789	5,273	18,023	131,006
2. Каша манная жидкая	180	5,174	6,041	25,044	175,828
1. (замена аллергикам) Каша рисовая жидкая(аллерг.)	200	2,099	3,653	26,01	145,318
3. Кофейный напиток с молоком	200	3,412	2,749	14,647	104,238
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром(аллерг.)	180	0	0	10,199	40,774
Итого:	11,374	14,063	57,713	411,072	
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 соленый	20	0,16	0,02	0,34	2,6
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	6,137	4,092	10,426	103,206
1. (замена аллергикам) суп картофельный (аллерг.)	150	0,778	4,33	5,688	64,848
3. Пудинг рыбный запеченный	70	11,867	6,095	6,357	127,947
1. (замена аллергикам) кура отварная (алл.)	42	11,664	8,934	0,257	128,084
4. Рагу овощное (1-й вариант)	150	3,388	6,281	18,574	145,038
1. (замена аллергикам) Овощи тушёные(аллергикам)	150	1,271	4,269	3,615	57,985
5. Компот из чернослива	180	0,531	0,162	21,268	91,057
6. Хлеб ржаной	35	2,296	0,452	13,848	69,936
7. Батон обогащенный	36	2,764	1,077	17,982	92,963
Итого:	27,144	18,179	88,796	632,746	
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/11	37,501	14,227	32,863	407,058
1. (замена аллергикам) Каша пшено рассыпчатая (алл.)	200	4,02	7,017	27,058	187,589
2. Молоко кипяченое	200	5,877	5,248	9,865	111,247
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром(аллерг.)	180	0	0	10,199	40,774
3. Пряники	32	1,945	1,549	24,725	120,659
4. Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,84	37,6
Итого:	45,644	21,344	75,294	676,564	
Итого за день:	87,787	56,711	237,053	1825,38	

кладовщик _____ Максимова Н.Г.

Ясли 2023

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,63	9,006	10,357	129,2
2. Каша манная жидкая	155	3,951	5,43	18,964	140,988
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,789	2,249	11,427	83,001
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллерг.)	150/5	0	0	6,999	27,982
Итого:	8,37	16,686	40,748	353,189	
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 соленый	23	0,18	0,023	0,383	2,925
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/15	4,777	3,406	8,35	83,281
3. Пудинг рыбный запеченный	60	12,481	5,304	6,821	125,116
4. Рагу овощное (1-й вариант)	100	2,326	3,188	13,466	92,29
5. Компот из чернослива	150	0,442	0,135	29,055	121,183
6. Хлеб ржаной	23	1,531	0,302	9,232	46,624
7. Батон обогащенный	26	1,974	0,769	12,845	66,402
Итого:	23,711	13,126	80,151	537,821	
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	100/10	25,297	10,273	19,222	269,13
1. (замена аллергикам) Каша пшено рассыпчатая (алл.)	200	4,02	7,017	27,058	187,589
2. Молоко кипяченое	150	4,183	3,496	6,797	75,387
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром (аллерг.)	150/5	0	0	6,999	27,982
3. Пряники	28	1,686	1,343	21,428	104,57
4. Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,84	37,6
Итого:	31,486	15,432	55,287	486,687	
Итого за день:	67,191	48,369	191,435	1482,69	

заведующего _____ Малачева Е.О.