

Меню на 07.05.2025, День 3

ГБДОУ Детский сад №17

Сад 12 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Салат из горошка зеленого консервированного	40	1,194	2,074	2,502	33,385
2. Омлет натуральный	110	10,293	16,29	2,523	198,081
1. (замена аллергикам) Каша рисовая жидкая с сахаром на воде	180	1,89	4,766	24,92	150,116
2. (замена аллергикам) Морковь тушёная с зелёным горошком	120	1,71	6,118	7,133	91,49
3. Чай с молоком и сахаром	190	2,719	2,428	10,552	75,403
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
4. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		15,746	21,391	25,597	358,669
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
1. (замена аллергикам) Груша свежая	70	0,281	0,211	7,231	32,994
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью петрушки	200/10/1	5,217	6,119	11,392	119,332
1. (замена аллергикам) Суп из овощей с говядиной, зеленью петрушки	200	5,811	10,584	10,233	160,006
2. (замена аллергикам) Суп из овощей (для аллергиков)	200	2,402	7,346	14,99	136,39
2. Гуляш из отварного мяса	70/70	10,33	12,239	4,249	168,529
3. Каша гречневая рассыпчатая	150	8,719	6,402	39,441	249,929
1. (замена аллергикам) Картофель отварной	110	3,6	5,315	29,34	179,954
4. Огурец свежий	45	0,376	0	1,174	6,575
5. Компот из свежих плодов	180	0,144	0,108	15,684	64,8
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон обогащенный	30	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		29,075	26,158	98,91	747,166
Полдник					
1. Голубцы ленивые	150	11,151	12,673	10,993	203,627
1. (замена аллергикам) Капуста тушеная	150	3,642	10,329	15,868	173,237
2. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
3. Сок абрикосовый	180	0,9	0	22,86	99
4. Вафли	30	1,17	9,18	18,75	162,6
5. Банан свежий	65	0,998	0,333	13,965	63,84
Итого:		15,538	22,445	74,528	569,267
Итого за день:		63,984	73,119	214,285	1780,10

Ясли 12 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Салат из горошка зеленого консервированного	25	0,747	1,346	1,565	21,324
2. Омлет натуральный	100	8,422	13,069	1,489	157,379
3. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
4. Чай с молоком и сахаром	180	2,576	2,3	10,312	72,7
Итого:		13,694	21,59	25,931	353,553
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. Борщ с картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки	150/10/1	3,981	5,337	8,583	98,806
2. Плов из птицы	120	10,436	15,966	21,663	263,438
3. Огурец свежий	45	0,372	0	1,163	6,51
4. Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		18,399	22,313	64,539	529,754
Полдник					
1. Голубцы ленивые	140	10,42	11,685	10,182	188,697
2. Компот из свежих плодов	150	0,12	0,09	13,07	53,999
3. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
4. Банан свежий	80	1,2	0,4	16,802	76,81
Итого:		13,06	12,435	48,014	359,705
Итого за день:		48,778	59,463	153,734	1348,01

Мед. сестра диетическая _____ Дегтяренко Ю.В.

Заведующий _____ Богданова Н.Е.