

# Меню на 08.07.2025, День 7

ГБДОУ Детский сад №17

## Сад 12 ч

| Блюда                                                                 | Выход    | Химический состав |        |         |         |
|-----------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|--------|---------|---------|
|                                                                       |          | Белки             | Жиры   | Углев.  | Ккал    |
| Завтрак                                                               |          |                   |        |         |         |
| 1. Омлет натуральный                                                  | 140      | 11,479            | 20,712 | 2,404   | 242,139 |
| 1. (замена аллергикам) Картофельное пюре с морковью (для аллергиков)  | 120      | 3,358             | 6,952  | 23,871  | 172,918 |
| 2. (замена аллергикам) Каша рисовая жидкая с сахаром на воде          | 180      | 1,779             | 5,244  | 24,114  | 150,755 |
| 2. Чай с молоком и сахаром                                            | 200      | 2,865             | 2,558  | 11,989  | 82,937  |
| 1. (замена аллергикам) Чай с сахаром                                  | 180      | 0                 | 0      | 6,429   | 25,704  |
| 3. Батон обогащенный                                                  | 24       | 1,907             | 0,743  | 12,405  | 64,131  |
| Итого:                                                                |          | 16,251            | 24,013 | 26,798  | 389,207 |
| 2й Завтрак                                                            |          |                   |        |         |         |
| 1. Ряженка                                                            | 125      | 3,661             | 3,156  | 5,302   | 68,166  |
| 1. (замена аллергикам) Яблоко свежее                                  | 70       | 0,288             | 0,288  | 7,063   | 33,873  |
| Итого:                                                                |          | 3,661             | 3,156  | 5,302   | 68,166  |
| Обед                                                                  |          |                   |        |         |         |
| 1. Салат картофельный                                                 | 50       | 0,971             | 5,73   | 7,505   | 85,617  |
| 2. Щи из квашеной капусты с картофелем, говядиной и сметаной          | 200/15/1 | 4,298             | 4,495  | 11,181  | 104,085 |
| 1. (замена аллергикам) Щи из квашеной капусты с картофелем, говядиной | 200      | 4,507             | 5,083  | 15,092  | 125,644 |
| 2. (замена аллергикам) Щи из квашеной капусты с картофелем            | 200      | 2,504             | 4,101  | 15,092  | 108,817 |
| 3. Фрикадельки из птицы                                               | 70       | 10,185            | 8,021  | 6,137   | 128,164 |
| 1. (замена аллергикам) Говядина отварная                              | 30       | 10,937            | 5,356  | 0,059   | 92,084  |
| 4. Пюре из свеклы                                                     | 130      | 2,608             | 4,069  | 16,165  | 111,554 |
| 5. Компот из чернослива                                               | 180      | 0,479             | 0,146  | 24,834  | 104,726 |
| 6. Хлеб ржаной                                                        | 30       | 2,045             | 0,403  | 12,335  | 62,294  |
| 7. Батон обогащенный                                                  | 30       | 2,31              | 0,9    | 15,03   | 77,7    |
| Итого:                                                                |          | 22,896            | 23,762 | 93,188  | 674,139 |
| Полдник                                                               |          |                   |        |         |         |
| 1. Голубцы ленивые                                                    | 150      | 12,345            | 10,638 | 10,336  | 187,495 |
| 1. (замена аллергикам) Капуста тушеная                                | 150      | 3,35              | 11,092 | 15,239  | 176,083 |
| 2. Булочка "творожная"                                                | 70       | 9,66              | 3,982  | 38,108  | 227,952 |
| 3. Компот из свежих плодов                                            | 180      | 0,149             | 0,111  | 16,685  | 68,868  |
| 4. Хлеб ржаной                                                        | 20       | 1,364             | 0,269  | 8,223   | 41,529  |
| 5. Яблоко свежее                                                      | 70       | 0,288             | 0,288  | 7,063   | 33,873  |
| Итого:                                                                |          | 23,805            | 15,288 | 80,416  | 559,716 |
| Итого за день:                                                        |          | 66,613            | 66,219 | 205,704 | 1691,22 |

Мед. сестра диетическая\_\_\_\_\_Дегтяренко Ю.В.

## Ясли 12 ч

| Блюда                                                                         | Выход    | Химический состав |        |         |         |
|-------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|--------|---------|---------|
|                                                                               |          | Белки             | Жиры   | Углев.  | Ккал    |
| Завтрак                                                                       |          |                   |        |         |         |
| 1. Омлет натуральный                                                          | 110      | 9,893             | 16,354 | 1,85    | 194,3   |
| 2. Чай с молоком и сахаром                                                    | 180      | 2,576             | 2,3    | 10,753  | 74,464  |
| 3. Батон                                                                      | 20       | 1,54              | 0,6    | 10,02   | 51,8    |
|                                                                               |          |                   |        |         |         |
|                                                                               |          |                   |        |         |         |
|                                                                               |          |                   |        |         |         |
| Итого:                                                                        |          | 14,009            | 19,254 | 22,623  | 320,563 |
| 2й Завтрак                                                                    |          |                   |        |         |         |
| 1. Ряженка                                                                    | 125      | 3,661             | 3,156  | 5,302   | 68,166  |
|                                                                               |          |                   |        |         |         |
| Итого:                                                                        |          | 3,661             | 3,156  | 5,302   | 68,166  |
| Обед                                                                          |          |                   |        |         |         |
| 1. Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной и зеленью петрушки | 150/15/5 | 5,213             | 5,228  | 8,615   | 103,115 |
| 2. Котлета мясная (говядина)                                                  | 80       | 10,295            | 6,919  | 7,216   | 131,012 |
| 3. Пюре из свеклы                                                             | 130      | 2,5               | 4,739  | 15,834  | 115,833 |
| 4. Помидор свежий                                                             | 50       | 0,59              | 0,107  | 2,038   | 12,87   |
| 5. Сок яблочный                                                               | 150      | 0,833             | 0,167  | 16,833  | 76,667  |
| 6. Хлеб ржаной                                                                | 20       | 1,364             | 0,269  | 8,223   | 41,529  |
| 7. Батон                                                                      | 20       | 1,54              | 0,6    | 10,02   | 51,8    |
|                                                                               |          |                   |        |         |         |
|                                                                               |          |                   |        |         |         |
|                                                                               |          |                   |        |         |         |
| Итого:                                                                        |          | 22,334            | 18,028 | 68,78   | 532,826 |
| Полдник                                                                       |          |                   |        |         |         |
| 1. Винегрет овощной с сельдью                                                 | 70       | 4,425             | 7,96   | 5,224   | 110,928 |
| 2. Яйцо вареное                                                               | 20       | 2,597             | 2,349  | 0,144   | 32,103  |
| 3. Булочка "творожная"                                                        | 50       | 9,565             | 3,414  | 34,878  | 209,602 |
| 4. Компот из чернослива                                                       | 150      | 0,36              | 0,11   | 17,58   | 74,377  |
| 5. Хлеб ржаной                                                                | 20       | 1,364             | 0,269  | 8,223   | 41,529  |
| 6. Яблоко свежее                                                              | 70       | 0,286             | 0,286  | 7,019   | 33,661  |
| Итого:                                                                        |          | 18,598            | 14,388 | 73,068  | 502,199 |
| Итого за день:                                                                |          | 58,601            | 54,825 | 169,772 | 1423,75 |

Врио заведующего\_\_\_\_\_Маслова Ю.А.