

Меню на 10.07.2025, День 9

ГБДОУ Детский сад №17

Сад 12 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша овсяная "геркулес" жидкая	200	6,64	8,36	28,398	215,864
1. (замена аллергикам) Каша овсяная "геркулес" жидкая на воде	200	3,665	6,543	23,406	167,099
2. (замена аллергикам) Картофель отварной	110	3,6	5,315	29,34	179,954
2. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
3. Чай с молоком и сахаром	180	2,576	2,3	10,312	72,7
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
Итого:		11,166	15,535	51,275	390,714
2й Завтрак					
1. Кефир	125	3,516	3,031	4,85	64,263
1. (замена аллергикам) Груша свежая	70	0,281	0,211	7,231	32,994
Итого:		3,516	3,031	4,85	64,263
Обед					
1. Борщ с картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки	200/10/1	4,638	4,646	17,342	130,618
1. (замена аллергикам) Борщ с картофелем, говядиной, зеленью петрушки	200	5,087	4,96	22,413	155,343
2. (замена аллергикам) Борщ вегетарианский с капустой и картофелем и зеленью петрушки	200	3,287	0,408	23,261	110,389
2. Рыба (филе) отварная	70	10,954	0,416	0,416	49,014
1. (замена аллергикам) Говядина отварная	30	10,212	5	0,069	86,024
3. Соус польский	20	0,661	4,689	0,1	45,269
4. Пюре картофельное	130	2,915	4,51	20,034	132,727
1. (замена аллергикам) Пюре картофельное для аллергиков	120	2,924	4,581	23,831	148,534
5. Огурец свежий	45	0,376	0	1,174	6,575
6. Сок абрикосовый	180	0,908	0,12	19,935	89,046
7. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
8. Батон обогащенный	30	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		24,741	15,67	85,972	591,25
Полдник					
1. Винегрет овощной с сельдью	60/30	6,779	13,059	3,591	159,674
1. (замена аллергикам) Винегрет овощной	60	0,925	5,101	5,178	70,905
2. Булочка молочная	70	7,648	2,919	48,988	253,261
3. Напиток лимонный	180	0,216	0,024	16,688	72
4. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Груша свежая	70	0,281	0,211	7,231	32,994
Итого:		16,244	16,473	84,458	558,129
Итого за день:		55,667	50,71	226,555	1604,35

Ясли 12 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша овсяная "геркулес" жидкая	130	4,49	5,547	19,471	146,104
2. Бутерброд с маслом	25	1,642	4,755	10,561	91,79
3. Чай с молоком и сахаром	180	2,576	2,3	10,312	72,7
Итого:		8,708	12,602	40,344	310,594
2й Завтрак					
1. Кефир	125	3,516	3,031	4,85	64,263
Итого:		3,516	3,031	4,85	64,263
Обед					
1. Борщ с картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки	150/10/1	4,273	4,493	9,102	94,56
2. Рыба, тушёная в томате с овощами	100	10,697	5,409	4,46	109,577
3. Картофель отварной	80	1,715	4,463	13,814	102,465
4. Огурец соленый	40	0,319	0,04	0,678	5,187
5. Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69
6. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
7. Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		20,614	15,415	61,184	472,79
Полдник					
1. Голубцы ленивые	140	11,015	9,05	10,182	167,447
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. Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	32,901
5. Булочка молочная	50	6,063	2,624	38,831	203,515
Итого:		18,798	12,234	77,253	498,061
Итого за день:		51,636	43,282	183,631	1345,70

Мед. сестра диетическая_____Дегтяренко Ю.В.

Врио заведующего_____Маслова Ю.А.