

Меню на 10.12.2025, День 8

Утверждаю
заведующий ГБДОУ Детский сад №59
Кировского района
Князева И.П.

Ясли 12ч 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30.	4,173	4,084	9,018	90,344
2. Каша манная жидккая	130.	3,85	4,261	19,202	131,082
3. Какао с молоком	180.	3,077	2,538	12,899	87,673
	Итого:	11,1	10,882	41,12	309,099
2й Завтрак					
1. Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	81
	Итого:	4,35	3,75	6,3	81
Обед					
1. Огурец соленый	36	0,292	0,037	0,621	4,75
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/15	6,483	4,195	14,06	120,17
3. Пудинг из печени с морковью	90.	19,739	10,817	8,506	211,504
4. Пюре картофельное	100.	2,167	3,446	14,67	98,653
5. Кисель из яблок	150.	0,096	0,09	11,887	49,305
6. Хлеб ржаной	20.	1,32	0,26	7,96	40,2
	Итого:	30,097	18,844	57,703	524,582
Полдник					
1. Запеканка из творога.	100	20,886	8,421	14,433	220,273
2. Соус сметанный	20.	0,303	0,621	1,508	12,933
3. Молоко кипяченое	150	4,611	3,975	7,632	85,86
4. Апельсин свежий	81	0,727	0,162	6,542	34,731
	Итого:	26,527	13,179	30,116	353,797
	Итого за день:	72,074	46,655	135,239	1268,47

Сад 12ч 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40.	6,53	6,618	12,429	136,734
2. Каша манная жидккая	180.	5,757	6,533	27,958	194,465
3. Кофейный напиток с молоком.	180.	2,897	2,25	12,71	89,103
	Итого:	15,184	15,402	53,097	420,301
2й Завтрак					
1. Ряженка	166	4,813	4,149	6,97	89,617
	Итого:	4,813	4,149	6,97	89,617
Обед					
1. Помидор свежий	52	0,573	0,104	1,981	12,511
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	200/10/1.	5,929	4,269	18,368	136,045
3. Пудинг из печени с морковью	80.	16,242	9,329	7,182	178,644
4. Рагу овощное (1-й вариант).	140.	2,731	7,184	13,834	131,991
5. Кисель из яблок	180.	0,132	0,125	15,603	64,847
6. Хлеб ржаной	34	2,268	0,447	13,676	69,068
	Итого:	27,876	21,458	70,645	593,105
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13.	35,112	14,874	34,637	416,983
2. Молоко кипяченое.	200.	6,09	5,25	10,08	113,4
3. Пряники	32	1,883	1,5	23,936	116,809
4. Груша свежая	77	0,306	0,23	7,889	36
	Итого:	43,391	21,854	76,543	683,192
	Итого за день:	91,263	62,862	207,255	1786,21

Мед.сестра _____

Заведующий _____ Князева И.П.