

Меню на 03.06.2025, День 7

ГБДОУ Детский сад № 37

Сад 3-7 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Чай с молоком	200	2,878	2,481	11,449	80,315
2. Салат из зеленого горошка консервированного	40	0,416	2,025	0,873	23,352
3. Омлет натуральный	140	21,673	29,23	1,882	357,401
4. Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		26,507	34,336	24,225	512,869
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:				12,974	51,87
Обед					
1. Компот из изюма	180	0,313	0,068	18,929	78,116
2. Щи из квашеной капусты с картофелем, говядиной и сметаной	200/15/1	2,077	3,329	8,199	72,494
3. Картофель отварной	120	3,198	4,442	25,916	156,773
4. Фрикадельки из птицы	70	1,448	0,786	7,14	41,641
5. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
6. Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		10,556	9,615	82,144	461,124
Полдник					
1. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
2. Голубцы ленивые	150	7,488	7,728	9,803	139,737
3. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
4. Булочка "творожная"	70	4,262	2,517	25,553	142,158
5. Груша свежая	80	0,32	0,24	8,25	37,647
Итого:		13,39	10,745	51,566	359,742
Итого за день:		50,453	54,696	170,909	1385,60

Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Чай с молоком	180	0,543	0,468	6,887	34,053
2. Салат из горошка зеленого консервированного	25	0,895	1,555	1,877	25,044
3. Омлет Натуральный	100	9,61	16,497	0,889	190,521
4. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		12,588	19,12	19,673	301,417
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	150	0	0	4,99	19,95
Итого:				4,99	19,95
Обед					
1. Сок персиковый	150	0,45	0	24,75	102
2. Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,14	7,2
3. Щи из квашеной капусты с картофелем, говядиной и сметаной	150	6,707	4,781	5,362	92,439
4. Картофель отварной	100	2,682	3,008	21,757	125,107
5. Котлета рубленая из говядины	80	8,646	6,019	7,133	117,326
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
7. Батон обогащенный	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		21,674	14,728	78,122	536,072
Полдник					
1. Компот из изюма	150	0,26	0,057	14,921	61,679
2. Винегрет овощной с сельдью	70	0,473	4,061	2,371	48,322
3. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
4. Булочка "творожная"	50	6,134	2,994	18,582	126,505
5. Груша свежая	70	0,28	0,21	7,212	32,909
Итого:		8,467	7,582	51,045	309,615
Итого за день:		42,73	41,43	153,831	1167,05

заведующий_____Е. В. Дмитриева