

Меню на 10.06.2025, День 2

ГБДОУ Детский сад № 37

Сад 3-7 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Какао с молоком	180	3,266	2,655	12,979	89,919
2. Омлет натуральный	140	12,657	20,533	2,475	245,529
3. Салат из горошка зеленого консервированного	40	1,207	2,078	2,539	33,616
4. Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		18,67	25,867	28,013	420,864
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:				12,974	51,87
Обед					
1. Компот из изюма	180	0,307	0,067	18,75	77,352
2. Помидор свежий	50	0,55	0,1	1,9	12
3. Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной и зеленью петрушки	200/10/1	0,879	3,294	2,077	41,874
4. Макаронные изделия отварные	150/5	5,8	4,808	37,053	214,85
5. Печень по-строгановски	60/30	11,636	6,894	5,893	133,097
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		21,152	15,552	77,613	539,473
Полдник					
1. Напиток из плодов шиповника	180	0,734	0,302	22,409	109,224
2. Пюре картофельное	120	2,525	4,154	16,982	115,752
3. Шницель рыбный натуральный	60	3,429	6,396	0,162	70,696
4. Булочка "творожная"	70	4,262	2,517	25,553	142,158
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		12,59	13,949	80,913	515,668
Итого за день:		52,413	55,368	199,513	1527,87

Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Чай с молоком	170	0,484	0,417	6,489	31,749
2. Омлет Натуральный	100	9,61	16,497	0,889	190,521
3. Салат из горошка зеленого консервированного	25	0,891	1,557	1,871	25,005
4. Батон	20	1,54	0,6	10,02	51,8
Итого:		12,524	19,071	19,27	299,075
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:				12,974	51,87
Обед					
1. Компот из изюма	150	0,26	0,057	14,921	61,679
2. Огурец свежий	30	0,228	0	0,712	3,986
3. Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной, сметаной, зеленью петрушки	150/15/5	0,527	3,179	1,121	35,447
4. Каша гречневая рассыпчатая	90	5,231	3,841	23,663	149,952
5. Печень по-строгановски	50/30	8,121	7,692	4,634	120,96
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		15,687	15,029	53,011	412,224
Полдник					
1. Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	12,235	62,55
2. Пюре картофельное	100	1,493	3,06	11,637	80,23
3. Шницель рыбный натуральный	50	2,462	5,349	0,126	57,479
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Булочка "творожная"	50	6,134	2,994	18,582	126,505
6. Яблоко свежее	70	0,28	0,28	6,86	32,9
Итого:		12,199	12,153	57,4	399,864
Итого за день:		40,41	46,253	142,655	1163,03

заведующий_____Е. В. Дмитриева