

Меню на 30.06.2025, День 6

ГБДОУ Детский сад № 37

Сад 3-7 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Кофейный напиток с молоком	180	2,729	2,143	11,183	80,444
2. Каша пшенная жидкая	200	6,249	7,198	28,331	203,874
3. Батон	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		10,903	10,091	52,04	349,068
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:				12,974	51,87
Обед					
1. Кисель из кураги	180	0,946	0,054	30,972	128,92
2. Помидор свежий	50	0,553	0,101	1,911	12,072
3. Суп картофельный с горохом и гренками	200/10	5,423	2,485	19,771	123,369
4. Овощи в молочном соусе	150	1,314	5,217	7,016	80,594
5. Рулет с луком и яйцом	70	11,505	9,606	4,338	149,497
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		24,032	18,753	90,978	632,452
Полдник					
1. Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8
2. Огурец соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5
3. Картофельное пюре с морковью	130	1,453	4,454	11,18	90,805
4. Фрикадельки рыбные отварные	70	5,029	3,19	5,331	70,158
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Печенье	30	1,8	1,92	20,55	135,3
7. Груша	80	0,32	0,24	8,24	37,6
Итого:		11,222	10,294	72,292	463,363
Итого за день:		46,158	39,138	228,283	1496,75

Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Кофейный напиток с молоком	150	2,448	1,924	12,139	80,55
2. Каша пшенная жидкая с маслом сливочным	130	4,031	4,27	21,127	139,415
3. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
Итого:		8,428	11,069	45,831	322,115
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:				12,974	51,87
Обед					
1. Кисель из кураги	150	0,786	0,045	19,827	83,505
2. Котлета мясная (говядина)	70	3,015	4,431	4,559	69,419
3. Огурец свежий	30	0,228	0	0,712	3,986
4. Суп картофельный с горохом и гренками	150/10	4,196	1,946	15,298	95,677
5. Овощи в молочном соусе	100	0,514	1,76	3,046	30,22
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		10,059	8,442	51,402	323,006
Полдник					
1. Напиток лимонный	130	0,062	0,007	13,182	54,227
2. Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,9
3. Картофельное пюре с морковью	100	1,066	1,801	8,219	53,507
4. Биточек рыбный	50	2,015	4,364	4,559	64,805
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Печенье в ассортименте	20	1,2	1,28	13,7	90,2
7. Груша свежая	70	0,28	0,21	7,212	32,909
Итого:		6,184	7,951	55,343	339,749
Итого за день:		24,671	27,462	165,55	1036,74

заведующий_____Е. В. Дмитриева