

# Меню на 03.05.2024, День 5

ГБДОУ Детский сад № 37

## Сад 3-7 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Чай с молоком	200	2,812	2,27	11,193	76,435
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
2. Каша "дружба"	180	5,389	7,701	23,902	186,507
1. (замена аллергикам) Каша гречневая рассыпчатая	150	8,626	5,454	39,036	239,402
3. Бутерброд с маслом	40	2,48	4,957	16,02	118,881
Итого:		10,682	14,927	51,115	381,824
<b>2й Завтрак</b>					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	12,974	51,87
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
<b>Обед</b>					
1. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10/1	1,975	3,188	12,893	88,603
3. Жаркое по-домашнему	120	14,224	9,717	11,425	190,224
4. Хлеб ржаной	30	2,098	0,413	12,654	63,904
5. Батон	35	2,105	0,82	13,698	70,816
Итого:		20,403	14,139	50,67	413,547
<b>Полдник</b>					
1. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	15,68	62,709
2. Макароны, запеченные с яйцом	150	7,519	9,48	27,601	225,924
1. (замена аллергикам) Каша гречневая рассыпчатая	150	8,626	5,454	39,036	239,402
3. Хлеб ржаной	15	1,399	0,276	8,436	42,602
4. Груша	80	0,311	0,233	8,004	36,523
Итого:		9,229	9,989	59,72	367,758
<b>Итого за день:</b>		<b>43,939</b>	<b>42,18</b>	<b>176,755</b>	<b>1268,12</b>

## Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Кофейный напиток с молоком	180	2,693	1,999	13,312	86,357
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	150	0	0	4,99	19,95
2. Бутерброд с сыром	30	3,935	3,889	8,219	84,404
3. Каша из пшена и риса молочная жидкая "дружба"	130	3,904	5,564	17,354	135,134
1. (замена аллергикам) Каша гречневая рассыпчатая	100	5,754	4,143	26,029	164,199
Итого:		10,532	11,452	38,885	305,895
<b>2й Завтрак</b>					
1. Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	150	0	0	4,99	19,95
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
<b>Обед</b>					
1. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	150	0	0	15,353	61,396
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	150/10/1	1,538	2,718	9,748	69,982
3. Жаркое по-домашнему	100	11,06	7,442	8,653	145,912
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,399	0,276	8,436	42,602
Итого:		13,997	10,435	42,189	319,893
<b>Полдник</b>					
1. Сок абрикосовый	150	0,758	0	19,242	83,333
2. Макароны изделия отварные с маслом	100	3,428	1,444	21,938	114,556
3. Яйцо вареное	40	5,9	5,337	0,326	72,938
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,399	0,276	8,436	42,602
5. Груша	70	0,272	0,204	7,003	31,957
Итого:		11,756	7,26	56,946	345,387
<b>Итого за день:</b>		<b>39,91</b>	<b>32,272</b>	<b>153,27</b>	<b>1076,17</b>

заведующий \_\_\_\_\_ Е. В. Дмитриева