

Меню на 16.09.2025, 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. Бутерброд с сыром	40	5,731	5,732	11,473	121,555
3. Каша рисовая жидкая	180	4,739	6,269	29,95	195,809
Итого:		13,735	14,655	54,401	407,284
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	180	5,063	4,365	7,333	94,284
Итого:		5,063	4,365	7,333	94,284
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	4,251	4,619	6,737	86,293
4. Макаронные изделия отварные	150/5	5,8	4,808	37,053	214,85
5. Печень по-строгановски	60/30	13,025	7,181	6,304	142,949
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		25,912	17,164	82,683	593,744
Полдник					
1. Напиток из плодов шиповника	180	0,734	0,302	22,409	109,224
2. Пюре картофельное	120	2,479	4,145	16,605	113,973
3. Шницель рыбный натуральный	60	6,502	6,531	0,876	87,05
4. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Булочка "творожная"	70	7,042	3,308	26,264	163,783
6. Апельсин свежий	80	0,752	0,167	6,77	35,94
Итого:		18,829	14,714	80,883	550,171
Итого за день:		63,54	50,898	225,301	1645,48

Ясли 1-3 года

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Чай с молоком	170	1,154	0,995	7,599	44,238
2. Бутерброд с сыром	30	4,17	4,08	9,018	90,3
3. Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	130	3,193	4,243	19,824	130,696
Итого:		8,517	9,318	36,442	265,234
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	150	4,22	3,638	6,111	78,57
Итого:		4,22	3,638	6,111	78,57
Обед					
1. Компот из изюма	150	0,26	0,057	14,921	61,679
2. Салат из свеклы	40	0,552	2,434	3,238	37,032
3. Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной, сметаной, зеленью петрушки	150/15/5	3,942	4,583	4,72	76,461
4. Каша гречневая рассыпчатая	90	5,231	3,841	23,663	149,952
5. Печень по-строгановски	50/30	10,773	8,24	5,42	139,775
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		22,078	19,415	59,922	505,099
Полдник					
1. Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	12,235	62,55
2. Пюре картофельное	100	2,093	3,417	14,211	96,244
3. Шницель рыбный натуральный	50	5,458	5,478	0,734	73,035
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. Апельсин свежий	75	0,706	0,157	6,35	33,712
Итого:		16,22	12,516	60,072	432,246
Итого за день:		51,035	44,886	162,546	1281,14

заведующий_____Е. В. Дмитриева