

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №014
Семенова И.С./

МЕНЮ

21 января 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6.6	6.8	31.6	214
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергики)	180	7.8	7.6	59.2	336
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	24.9	109
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	20	1.5	0.6	10.3	52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.6	3.6	16.9	119
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40
Итого		12.8	11	73.4	442
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.2	4.5	7.2	95
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40
Итого		5.2	4.5	7.2	95
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.3	14
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	60	1	8.9	7.7	115
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	5.9	4.8	24.4	165
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80	10.7	15.6	8.8	218
МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	17.6	15.1	0.4	207
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5.3	4.8	33.5	198
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с раст.м. (аллергики)	140	5.2	5.6	33.5	206
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	18	74
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40
Итого		25.5	26.2	105.8	762
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	31.7	20.5	30	441
ГОВЯДИНА ДУХОВАЯ С КАРТОФЕЛЕМ (ЖАРКОЕ) (аллергики)	170	18.1	18.6	15.3	301
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.6	1.6	4.1	33

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) (аллергики)	30	0.1	0.1	2.9	14
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	11.3	44
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.9	0.2	8.1	43
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) (аллергики)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		34.9	23	63.8	613
Всего		78.4	64.7	250.2	1912

Медицинская сестра

А.В. Бережная

Бережная А.В.