

Меню на 02.07.2025, День 3

ГБДОУ детский сад №14 Кировского района

Детский сад 12 часов 2021

Ясли 12 часов 2021

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак							
	1. Салат из зеленого горошка консервированного	40	16,34	0,427	2,026	0,899	23,515
	2. Омлет натуральный 140	140	33,57	16,083	21,526	2,883	269,808
	1. (замена аллергикам) Каша овсяная "геркулес" жидкая(Диета № 5)	200		3,653	1,841	22,247	120,105
	3. Чай с молоком	190		2,635	2,353	10,71	75,011
	1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180		0	0	5,988	23,94
	4. Батон	20	3,28	1,452	0,566	9,449	48,85
	Итого:		53,19	20,597	26,471	23,941	417,184
2й Завтрак							
	1. Кефир	150	20,27	4,185	3,607	5,772	76,478
	Итого:		20,27	4,185	3,607	5,772	76,478
Обед							
	1. Огурец свежий	50	7,99	0,405	0	1,265	7,087
135	2. Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью петрушки	200/10/1		3,358	5,535	3,067	75,89
	3. Гуляш из отварного мяса	70/70		23,048	14,996	2,855	238,44
297	4. Каша гречневая рассыпчатая	150		8,719	6,402	39,439	249,92
631	5. Компот из свежих груш	180		0,144	0,108	15,684	64,8
	6. Хлеб ржаной	30	3,59	2,108	0,415	12,712	64,199
	Итого:		11,57	37,783	27,456	75,023	700,336
Полдник							
486	1. Голубцы ленивые	150	64,93	14,027	11,092	8,839	192,025
	2. Хлеб ржаной	20	2,39	1,405	0,277	8,475	42,799
705	3. Сок абрикосовый	180	22,51	0,885	0	22,49	97,396
	4. Вафли	30	13,45	1,17	9,18	18,75	162,6
	5. Банан свежий	70	14,26	1,313	0,438	18,375	84
	Итого:		117,54	18,8	20,986	76,929	578,819
	Итого за день:		202,57	81,365	78,52	181,665	1772,81

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак							
1	1. Бутерброд с маслом	30	9,84	1,84	4,832	11,852	98,462
	2. Салат из горошка зеленого консервированного	25	11,24	0,817	1,452	1,716	23,148
	3. Омлет натуральный(2 вариант)	100	20,40	8,138	12,812	1,433	153,706
	4. Кофейный напиток с молоком	180		2,658	2,181	13,443	88,815
	Итого:		41,48	13,453	21,277	28,443	364,132
2й Завтрак							
	1. Кефир	150	20,27	4,185	3,607	5,772	76,478
	Итого:		20,27	4,185	3,607	5,772	76,478
Обед							
	1. Огурец свежий	30	4,55	0,231	0	0,721	4,035
110	2. Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	150/10/5		2,817	4,252	2,531	59,966
492	3. Плов из птицы	120	26,81	10,944	14,338	21,06	257,311
705	4. Сок абрикосовый	150	31,28	0,76	0	19,304	83,6
	5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,39	1,405	0,277	8,475	42,799
	Итого:		65,03	16,157	18,866	52,091	447,711
Полдник							
486	1. Голубцы ленивые	140	60,48	12,936	10,375	7,179	174,462
	2. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,39	1,405	0,277	8,475	42,799
631	3. Компот из свежих груш	150		0,12	0,09	18,06	73,95
	4. Яблоко свежее	70	14,33	0,28	0,28	6,86	32,9
	Итого:		77,20	14,742	11,021	40,574	324,11
	Итого за день:		203,98	48,537	54,772	126,88	1212,43

Диетсестра  Деняк А.П.

Звведующий  Беляшкина Л.В.