

**Меню на 05.12.2025, День 5**

ГБДОУ детский сад №14 Кировского района

**Детский сад 12 часов 2021**

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>							
3	1. Бутерброд с сыром	40	21,34	6,041	6,104	11,636	126,877
311	2. Каша "дружба"	180		5,302	8,24	24,038	192,203
	1. (замена аллергикам) Каша "дружба"( диета № 5)	200		1,832	0,426	23,89	106,725
	3. Чай с молоком	200		2,686	2,398	10,496	74,774
	1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180		0	0	5,988	23,94
	Итого:		21,34	14,028	16,742	46,17	393,853
<b>2й Завтрак</b>							
	1. Ряженка	100	19,49	2,869	2,473	4,154	53,414
	Итого:		19,49	2,869	2,473	4,154	53,414
<b>Обед</b>							
	1. Салат из свеклы .	60	4,09	0,65	3,64	3,812	50,558
Сборник	2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10/1		4,04	5,171	13,397	117,03
291	3. Запеканка картофельная с мясом	150	65,64	13,228	10,691	18,532	223,023
	4. Напиток витаминизированный	180		0	0	0	0
	5. Хлеб ржаной	30	3,46	2,032	0,4	12,252	61,876
	6. Батон	35	6,17	2,733	1,065	17,784	91,94
	Итого:		79,35	22,683	20,967	65,778	544,427
<b>Полдник</b>							
	1. Помидор свежий	50	9,00	0,57	0,104	1,968	12,429
	2. Макароны, запеченные с яйцом	150	20,01	11,114	12,633	30,088	278,761
700	3. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180		0	0	13,956	55,81
	4. Хлеб ржаной	15	2,30	1,354	0,267	8,168	41,249
249	5. Ватрушка с творогом	70		26,656	20,203	32,337	418,9
	6. Банан свежий	80	15,18	1,397	0,466	19,56	89,415
	Итого:		46,49	41,09	33,672	106,077	896,564
	Итого за день:		166,67	80,67	73,855	222,179	1888,25

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>							
3	1. Бутерброд с сыром	30	14,89	4,192	4,091	9,146	91,007
311	2. Каша из пшена и риса молочная жидкая "дружба"	130		3,84	5,835	17,451	138,171
	1. (замена аллергикам) Каша "дружба"( диета № 5)	130		1,19	0,277	12,933	58,997
	3. Кофейный напиток с молоком	180		2,633	2,158	13,4	88,339
	1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	150		0	0	4,99	19,95
	Итого:		14,89	10,666	12,084	39,998	317,516
<b>2й Завтрак</b>							
	1. Ряженка	100	19,49	2,869	2,473	4,154	53,414
	Итого:		19,49	2,869	2,473	4,154	53,414
<b>Обед</b>							
	1. Огурец свежий	30	5,64	0,286	0	0,894	5,008
132	2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	150/10/1		3,453	4,557	10,136	95,983
291	3. Запеканка картофельная с мясом	130	57,02	11,42	8,554	18,626	197,008
	4. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	150		0	0	16,035	64,125
	5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,30	1,354	0,267	8,168	41,249
	Итого:		64,96	16,513	13,378	53,859	403,373
<b>Полдник</b>							
	1. Помидор свежий	30	5,37	0,34	0,062	1,174	7,413
337	2. Яйцо вареное	40	11,47	5,97	5,4	0,33	73,8
516/3	3. Макаронные изделия отварные с маслом	100	9,07	3,745	3,081	23,925	138,518
	4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,30	1,354	0,267	8,168	41,249
705	5. Сок персиковый	150	30,87	0,45	0	24,75	102
	6. Пирожки печенные с картошкой	40		8,05	6,37	15,619	152,148
	7. Банан свежий	70	13,21	1,215	0,405	17,017	77,791
	Итого:		72,28	21,125	15,585	90,983	592,92
	Итого за день:		171,62	51,172	43,52	188,993	1367,22

Диетсестра Деник А.П.

Звездующий Беляшкина Л.В.