

## Меню на 04.06.2025, День 3

ГБДОУ детский сад №14 Кировского района

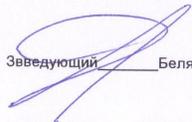
### Детский сад 12 часов 2021

### Ясли 12 часов 2021

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>							
	1. Салат из зеленого горошка консервированного	40	16,28	0,425	2,026	0,893	23,477
	2. Омлет натуральный 140	140	33,51	16,062	21,508	2,849	269,423
	1. (замена аллергикам) Каша овсяная "геркулес" жидкая(Диета № 5)	200		3,653	1,841	22,247	120,105
	3. Чай с молоком	190		2,591	2,314	10,637	74,185
	1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180		0	0	5,988	23,94
	4. Батон	20	3,50	1,548	0,603	10,074	52,08
	Итого:		53,28	20,627	26,451	24,452	419,165
<b>2й Завтрак</b>							
	1. Кефир	150	20,49	4,23	3,647	5,835	77,308
	Итого:		20,49	4,23	3,647	5,835	77,308
<b>Обед</b>							
	1. Огурец свежий	50	7,80	0,396	0	1,236	6,924
135	2. Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью петрушки	200/10/1		4,716	5,91	9,681	111,346
	3. Гуляш из отварного мяса	70/70		22,179	22,614	2,855	303,29
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	3,32	1,951	0,384	11,766	59,42
	Итого:		11,12	38,105	35,419	80,661	795,699
<b>Полдник</b>							
486	1. Голубцы ленивые	150	63,42	13,459	15,179	8,575	225,285
	2. Хлеб ржаной	20	2,21	1,301	0,256	7,844	39,613
705	3. Сок абрикосовый	180	22,36	0,88	0	22,343	96,759
	4. Вафли	30	13,45	1,17	9,18	18,75	162,6
	5. Банан свежий	70	13,31	1,225	0,408	17,15	78,4
	Итого:		114,76	18,034	25,024	74,661	602,658
	<b>Итого за день:</b>		<b>199,65</b>	<b>80,995</b>	<b>90,54</b>	<b>185,61</b>	<b>1894,83</b>

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>							
1	1. Бутерброд с маслом	30	10,11	1,96	4,879	12,633	102,5
	2. Салат из горошка зеленого консервированного	25	11,20	0,814	1,452	1,71	23,111
	3. Омлет натуральный(2 вариант)	100	20,37	8,128	12,804	1,417	153,521
	4. Кофейный напиток с молоком	180		2,618	2,144	13,375	88,05
	Итого:		41,67	13,52	21,279	29,134	367,182
<b>2й Завтрак</b>							
	1. Кефир	150	20,49	4,23	3,647	5,835	77,308
	Итого:		20,49	4,23	3,647	5,835	77,308
<b>Обед</b>							
	1. Огурец свежий	30	4,44	0,225	0	0,704	3,942
110	2. Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	150/10/5		3,093	5,081	4,821	77,772
492	3. Плов из птицы	120	29,98	12,324	15,526	21,06	273,539
705	4. Сок абрикосовый	150	31,28	0,76	0	19,304	83,6
	5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,21	1,301	0,256	7,844	39,613
	Итого:		67,92	17,703	20,863	53,734	478,467
<b>Полдник</b>							
486	1. Голубцы ленивые	140	59,41	12,791	14,214	7,94	211,536
	2. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,21	1,301	0,256	7,844	39,613
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:		75,95	14,492	14,84	40,704	357,999
	<b>Итого за день:</b>		<b>206,03</b>	<b>49,945</b>	<b>60,628</b>	<b>129,406</b>	<b>1280,95</b>

Диетсестра  Дняк А.П.

Звездующий  Беляшкина Л.В.