

Меню на 19.12.2024, День 9

ГБДОУ детский сад №14 Кировского района

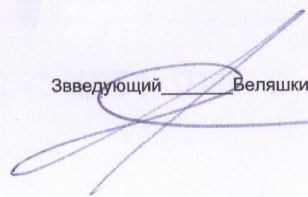
Детский сад 12 часов 2021

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак							
1	1. Бутерброд с маслом	30	9,72	1,965	4,881	12,665	102,665
311	2. Каша овсяная "геркулес" жидкая	200		6,477	8,378	27,026	209,86
	1. (замена аллергии) Каша овсяная "геркулес" жидкая(Диета № 5)	200		3,653	1,841	22,247	120,105
	3. Чай с молоком	180		2,433	2,172	10,071	69,984
	1. (замена аллергии) Чай с сахаром	180		0	0	5,988	23,94
	Итого:		9,72	10,875	15,431	49,762	382,509
2й Завтрак							
	1. Кефир	150	19,62	4,22	3,638	5,82	77,115
	Итого:		19,62	4,22	3,638	5,82	77,115
Обед							
	1. Огурец свежий	50	7,41	0,392	0	1,224	6,853
110	2. Борщ с капустой и картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки	200/10/1		4,317	5,481	10,497	108,897
396	3. Рыба (филе) отварная	70	58,17	13,149	0,467	0,386	58,335
	1. (замена аллергии) Говядина отварная	29	36,56	7,949	6,805	0,248	93,899
606	4. Соус польский	20	16,83	0,78	12,19	0,16	113,511
	5. Пюре картофельное	130	12,73	2,499	4,359	15,819	112,613
705	6. Сок абрикосовый	180	22,02	0,902	0	22,917	99,248
	7. Хлеб ржаной	30	3,37	2,068	0,407	12,469	62,971
	8. Батон	35	5,89	2,716	1,058	17,675	91,373
	Итого:		126,44	26,822	23,962	81,147	653,8
Полдник							
337	1. Яйцо вареное	40		5,97	5,4	0,33	73,8
72	2. Винегрет овощной с сельдью	60/35	32,73	6,732	10,043	3,64	132,633
699	3. Напиток лимонный	180		0,085	0,009	14,256	59,081
779	4. Булочка молочная	70	6,48	6,623	2,101	40,855	209,226
	5. Хлеб ржаной	20	2,25	1,378	0,272	8,313	41,981
	6. Банан свежий	80	12,35	1,184	0,395	16,579	75,79
	Итого:		53,81	21,973	18,219	83,973	592,511
	Итого за день:		209,59	63,889	61,25	220,702	1705,93

Диетсестра  Деняк А.П.

Ясли 12 часов 2021

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак							
1	1. Бутерброд с маслом	25	8,13	1,635	4,094	10,538	85,718
311	2. Каша овсяная "геркулес" жидкая с маслом сливочным	130		3,999	5,093	16,315	127,415
	3. Чай с молоком	180		2,115	1,889	9,539	63,978
	Итого:		8,13	7,75	11,076	36,392	277,112
2й Завтрак							
	1. Кефир	150	19,62	4,22	3,638	5,82	77,115
	Итого:		19,62	4,22	3,638	5,82	77,115
Обед							
	1. Огурец соленый	30	7,86	0,24	0,03	0,51	3,9
110	2. Борщ с капустой и картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки	150/10/1		4,104	5,132	8,445	96,968
374/6 - яс	3. Рыба, тушенная в томате с овощами	100		10,398	5,395	4,483	108,098
	4. Картофель отварной	80.	7,81	1,508	2,755	11,807	78,064
705	5. Сок яблочный	150	30,22	0,765	0,153	15,447	70,353
	6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,25	1,378	0,272	8,313	41,981
	Итого:		48,14	18,393	13,737	49,005	399,363
Полдник							
486	1. Голубцы ленивые	120	46,79	10,858	13,922	7,636	199,068
631	2. Компот из свежих груш	150		0,12	0,09	18,06	73,95
	3. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	2,25	1,378	0,272	8,313	41,981
786	4. Булочка "творожная"	50	10,80	5,857	2,662	18,851	123,391
	5. Мандарины свежие	80	21,29	0,522	0,131	4,897	24,812
	Итого:		81,12	18,736	17,076	57,757	463,202
	Итого за день:		157,02	49,099	45,526	148,973	1216,79

Звездующий  Веляшкина Л.В.