Меню на 5й день

ГБДОУ 66

сад 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	5,73	5,731	11,473	121,553
2. Каша "дружба"	180	5,355	7,808	23,848	187,118
1. (замена аллергикам) каша "Дружба" без добавления молока		1,675	4,838	17,897	121,865
3. Чай с молоком	200	2,786	2,248	11,151	75,969
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
Итого:		13,872	15,788	46,471	384,64
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,755	3,641	4,154	52,398
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10/1	3,982	5,418	12,956	116,966
1. (замена аллергикам) Рассольник ленинградский с говядиной.	200/10	5,377	3,757	13,262	108,854
3. Запеканка картофельная с мясом	150	12,594	9,894	21,643	225,602
4. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
5. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
6. Батон	35	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		21,621	20,243	65,723	532,967
Полдник					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Ужин					
1. Помидор свежий	50	0,553	0,101	1,911	12,072
2. Макароны, запеченные с яйцом	150	7,586	9,561	29,915	236,271
1. (замена аллергикам) Картофель отварной.	130	2,261	4,572	18,263	123,486
3. Компот из изюма	180	0,313	0,068	18,929	78,116
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
4. Хлеб ржаной	15	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Ватрушка с творогом	70	9,386	4,725	31,364	206,591
6. Груша	80	0,32	0,24	8,24	37,6
Итого:		19,478	14,955	98,319	610,85
Итого за день:		**58,596**	**54,111**	**225,763**	**1633,45**

ясли 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	4,17	4,08	9,018	90,3
2. Каша из пшена и риса молочная жидкая "дружба"	130	3,88	5,642	17,315	135,58
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,669	1,98	13,274	85,946
Итого:		10,719	11,702	39,607	311,826
Обед					
1. Огурец свежий	30	0,228	0	0,712	3,986
2. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	150/10/1	3,543	4,936	9,807	98,201
1. (замена аллергикам) Рассольник ленинградский	150/10	1,27	1,04	9,382	52,318
3. Запеканка картофельная с мясом	130	10,756	7,855	19,838	192,733
4. Компот из изюма	150	0,26	0,057	14,921	61,679
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		16,106	13,108	53,237	396,799
Полдник					
1. Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Ужин					
1. Яйцо вареное	40	5,9	5,337	0,326	72,938
2. Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,14	7,2
3. Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,488	1,444	23,873	122,616
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Сок для раннего возраста.	150	0,75	0,15	15,15	69
6. Пирожки печеные с картошкой	40	2,31	1,12	15,744	82,373
7. Груша	70	0,28	0,21	7,21	32,9
Итого:		14,378	8,581	71,404	427,227
Итого за день:		**44,829**	**36,515**	**179,498**	**1240,85**

ст.медсестра_____

ВРИО_____Потапова Елена Васильевна