

# Меню на 8й день

ГБДОУ 66

## сад 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Бутерброд с сыром	40	5,73	5,731	11,473	121,553
2. Каша манная жидкая	180	5,37	7,167	26,974	193,994
1. (замена аллергикам) Каша манная жидкая без добавления молока	205	3,084	4,422	24,9	151,862
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,833	2,09	11,218	79,913
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
Итого:		13,933	14,988	49,664	395,46
<b>Обед</b>					
1. Помидор свежий	50	0,553	0,101	1,911	12,072
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	200/10/1	4,95	4,092	15,731	119,543
1. (замена аллергикам) Картофель отварной.	130	2,261	4,572	18,263	123,486
3. Пудинг из печени с морковью	80	16,627	9,273	6,891	177,548
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,54	6,649	12,477	120,187
1. (замена аллергикам) Картофель отварной.	130	2,261	4,572	18,263	123,486
5. Кисель из яблок	180	0,121	0,108	30,776	125,2
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		26,772	20,613	79,727	614,85
<b>Полдник</b>					
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
<b>Ужин</b>					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	29,742	12,127	33,86	361,129
1. (замена аллергикам) Каша рисовая без добавления молока.	180	1,892	3,98	23,153	136,002
2. Молоко кипяченое	200	5,725	4,62	9,173	101,17
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
3. Пряники	30	1,77	1,41	22,5	109,8
4. Банан	80	1,4	0,467	19,6	89,6
Итого:		38,636	18,623	85,132	661,698
<b>Итого за день:</b>		<b>82,966</b>	<b>57,349</b>	<b>229,773</b>	<b>1777,00</b>

ст.медсестра \_\_\_\_\_

## ясли 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Бутерброд с сыром	30	4,17	4,08	9,018	90,3
2. Каша манная жидкая со сливочным маслом	130	3,739	4,069	18,927	127,372
3. Какао с молоком	180	2,891	2,25	12,498	82,076
Итого:		10,8	10,399	40,443	299,749
<b>Обед</b>					
1. Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,9
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/15	4,425	3,287	8,041	79,446
3. Пудинг из печени с морковью	90	18,786	10,506	7,754	200,741
4. Пюре картофельное	100	2,037	3,359	13,347	91,782
5. Кисель из яблок	150	0,098	0,092	14,918	61,454
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		26,906	17,534	52,53	477,523
<b>Полдник</b>					
1. Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
<b>Ужин</b>					
1. Запеканка из творога	100	21,874	7,968	15,887	226,781
2. Молоко кипяченое	150	4,293	3,465	6,88	75,877
3. Соус сметанный	20	0,297	0,783	1,313	13,606
4. Банан свежий	80	1,401	0,467	19,61	89,645
Итого:		27,866	12,683	43,69	405,909
<b>Итого за день:</b>		<b>69,197</b>	<b>43,741</b>	<b>151,913</b>	<b>1288,18</b>

ВРИО \_\_\_\_\_ Потапова Елена Васильевна