

Меню на 29.05.2025, День 9

ГБДОУ Детский сад № 62 Кир. р.

Сад 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
2. Каша овсяная "геркулес" жидкая	200	6,644	8,364	27,306	211,548
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,644	2,143	11,098	79,587
Итого:		11,238	15,382	50,969	393,284
2й Завтрак					
1. Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	97,2
Итого:		5,22	4,5	7,56	97,2
Обед					
1. Огурец свежий	50	0,378	0	1,181	6,616
2. Борщ с капустой и картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки	200/10/1	3,43	4,527	4,79	73,996
3. Рыба (филе) отварная	70	14,117	0,529	0,009	60,915
4. Соус польский	20	0,801	12,198	0,182	113,772
5. Пюре картофельное	130	2,539	4,124	19,874	127,045
6. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	16,24	64,95
7. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
8. Батон обогащенный	35	2,695	1,05	17,535	90,65
Итого:		25,941	22,818	71,752	598,244
Полдник					
1. Яйцо вареное	40	5,97	5,4	0,33	73,8
2. Винегрет овощной.	50	0,679	5,072	3,309	62,134
3. Булочка молочная	70	6,091	1,626	42,957	211,13
4. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Напиток витаминизированный	180	0	0	21,965	87,86
6. Груша свежая	80	0,356	0,267	9,177	41,877
Итого:		14,417	12,625	85,698	517,001
Итого за день:		56,815	55,325	215,979	1605,73

мед. сестра_____Платонова Е.В.

Ясли 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
2. Каша овсяная "геркулес" жидкая с маслом сливочным	130	1,724	3,791	7,193	69,993
3. Кофейный напиток с молоком	180	2,371	1,924	12,96	83,372
Итого:		6,045	10,59	32,718	255,514
2й Завтрак					
1. Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	81
Итого:		4,35	3,75	6,3	81
Обед					
1. Огурец свежий	30	0,228	0	0,712	3,986
2. Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	150/10/5	2,859	4,284	2,73	61,227
3. Рыба (филе) отварная	60	12,159	0,46	0,325	53,822
4. Соус польский	20	0,916	12,302	0,188	115,189
5. Пюре картофельное	100	1,49	3,06	11,635	80,208
6. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	150	0	0	15,765	63,045
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		18,972	20,366	39,316	417,676
Полдник					
1. Яйцо вареное	40	5,9	5,337	0,326	72,938
2. Винегрет овощной.	50	0,682	5,072	3,314	62,168
3. Булочка молочная	50	4,744	1,965	31,412	162,607
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
5. Компот из свежих груш	150	0,12	0,09	18,06	73,95
6. Груша свежая	70	0,313	0,235	8,065	36,801
Итого:		13,08	12,959	69,136	448,664
Итого за день:		42,447	47,665	147,47	1202,85

заведующий_____Москалькова Е.Р.

Меню на 29.05.2025, День 9

ГБДОУ Детский сад № 62 Кир. р.

Персонал 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Пюре картофельное	130	2,539	4,124	19,874	127,045
2. Рыба (филе) отварная	70	14,117	0,529	0,009	60,915
3. Соус польский	20	0,801	12,198	0,182	113,772
4. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		19,437	17,242	32,005	362,032
Итого за день:		19,437	17,242	32,005	362,032

мед. сестра_____Платонова Е.В.

заведующий_____Москалькова Е.Р.