

Меню на 14.10.2025, День 7

ГБДОУ Детский сад № 62 Кир. р.

Сад					
Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	5,73	5,731	11,473	121,553
2. Каша манная жидкая	180	5,309	7,328	27,063	195,994
3. Чай с молоком	180	2,576	2,3	10,312	72,7
Итого:		13,616	15,359	48,848	390,247
2й Завтрак					
1. Кефир	180	5,22	4,5	7,2	95,4
Итого:		5,22	4,5	7,2	95,4
Обед					
1. Огурец свежий	50	0,378	0	1,181	6,616
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птиц ей и зеленью петрушки	200/10/1	2,294	1,354	16,507	87,707
3. Пудинг из печени с морковью	80	12,41	8,608	5,632	150,381
4. Рагу овощное (1-й вариант)	150	2,937	7,161	15,034	137,53
5. Кисель из яблок	180	0,121	0,108	30,776	125,2
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		20,121	17,621	81,07	567,734
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/13	27,062	11,914	33,604	352,295
2. Пряники	30	1,77	1,41	22,5	109,8
3. Молоко кипяченое	200	5,586	4,988	9,377	105,735
4. Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		34,738	18,632	73,329	605,467
Итого за день:		73,694	56,111	210,446	1658,84

Ясли					
Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	4,17	4,08	9,018	90,3
2. Каша манная жидкая со сливочным маслом	130	3,697	4,181	18,989	128,757
3. Чай с молоком	180	1,181	1,055	7,97	46,295
Итого:		9,048	9,315	35,977	265,352
2й Завтрак					
1. Кефир	150	4,35	3,75	6	79,5
Итого:		4,35	3,75	6	79,5
Обед					
1. Огурец свежий	30	0,228	0	0,712	3,986
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	150/5/1	1,613	0,989	11,367	61,074
3. Пудинг из печени с морковью	90	14,062	9,761	6,449	170,731
4. Рагу овощное (1-й вариант)	100	1,555	4,693	8,15	81,689
5. Кисель из яблок	150	0,099	0,09	24,213	98,595
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		18,876	15,793	58,851	456,275
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	100/20	15,826	6,781	19,849	204,806
2. Пряники	30	1,77	1,41	22,5	109,8
3. Молоко кипяченое	150	4,19	3,741	7,032	79,301
4. Яблоко свежее	70	0,28	0,28	6,86	32,902
Итого:		22,065	12,212	56,242	426,809
Итого за день:		54,34	41,07	157,07	1227,93

мед. сестра_____Платонова Е.В.

заведующий_____Москалькова Е.Р.

Меню на 14.10.2025, День 7

ГБДОУ Детский сад № 62 Кир. р.

Персонал

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,361	6,647	12,086	118,539
2. Пудинг из печени с морковью	80	12,41	8,608	5,632	150,381
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		16,751	15,645	29,658	329,22
Итого за день:		16,751	15,645	29,658	329,22

мед. сестра_____Платонова Е.В.

заведующий_____Москалькова Е.Р.