

Меню на 17.10.2025, День 10

ГБДОУ Детский сад № 62 Кир. р.

Сад					
Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	40	2,72	5,175	17,575	128,05
2. Каша рисовая жидкая	180	4,419	6,236	27,429	183,97
3. Чай с сахаром	180	0	0	5,988	23,94
Итого:		7,139	11,411	50,992	335,96
2й Завтрак					
1. Йогурт	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,65	3,64	3,812	50,558
2. Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/1	5,536	6,431	13,825	135,987
3. Котлеты рубленные из птицы	70	1,538	7,386	7,218	100,57
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,456	2,004	10,896	72,693
5. Сок	180	0,9	0,18	18,18	82,8
6. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		13,061	20,031	65,871	502,908
Полдник					
1. Огурец свежий	50	0,378	0	1,181	6,616
2. Жаркое по-домашнему	140	15,39	15,003	13,102	249,026
3. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
4. Ватрушка с творогом	70	9,397	4,735	31,365	206,733
5. Компот из чернослива	180	0,52	0,158	24,971	105,736
6. Банан свежий	80	1,2	0,4	16,802	76,81
Итого:		28,205	20,556	95,381	685,121
Итого за день:		52,03	55,123	227,495	1628,98

Ясли					
Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,95	4,875	12,565	102,15
2. Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	130	3,13	4,243	19,761	130,066
3. Чай с молоком	180	1,181	1,055	7,97	46,295
Итого:		6,261	10,172	40,297	278,511
2й Завтрак					
1. Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Салат из свеклы	40	0,552	2,434	3,238	37,032
2. Рассольник с говядиной и сметаной	150/10/5	4,787	6,634	13,3	132,478
3. Фрикадельки из птицы 50	50	1,096	0,591	5,557	32,071
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,599	2,014	11,541	76,006
5. Сок раннего возраста	150	0,75	0,15	15,15	69
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		11,103	12,084	56,747	386,787
Полдник					
1. Огурец свежий	30	0,228	0	0,712	3,986
2. Жаркое по-домашнему	100	10,978	11,349	9,21	182,899
3. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,32	0,26	7,96	40,2
4. Ватрушка с творогом	50	6,755	2,737	21,993	140,392
5. Компот из чернослива	150	0,391	0,119	27,739	115,34
6. Банан свежий	70	1,05	0,35	14,7	67,2
Итого:		20,721	14,815	82,313	550,017
Итого за день:		41,71	40,196	194,607	1320,31

мед. сестра_____Платонова Е.В.

заведующий_____Москалькова Е.Р.

Меню на 17.10.2025, День 10

ГБДОУ Детский сад № 62 Кир. р.

Персонал					
Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,456	2,004	10,896	72,693
2. Котлеты рубленные из птицы	70	1,538	7,386	7,218	100,57
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		5,975	9,78	30,054	233,563
Итого за день:		5,975	9,78	30,054	233,563

мед. сестра_____Платонова Е.В.

заведующий_____Москалькова Е.Р.