

Меню на 04.10.2024, День 5

ГБДОУ Детский сад № 409 Кировского района
Санкт-Петербурга

сад 12ч-УСП2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	3,529	7,784	14,284	95,538
2. Каша "дружба"	180	4,587	6,583	31,78	195,147
3. Чай с молоком	180	2	2,5	10,688	76,94
Итого:		10,116	16,867	56,752	367,625
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	2,375	1,875	7,75	105
2. Апельсин свежий	80	0,766	0,17	15,411	36,611
Итого:		3,141	2,045	23,161	141,611
Обед					
1. Салат из свеклы	50	0,57	2,033	3,344	38,96
2. Рассольник ленинградский	200/10/1	2,788	4,575	13,064	91,947
3. Запеканка картофельная с мясом	200	9,926	16,074	24,579	297,57
4. Напиток витаминизированный	180	0	0	0	0
5. Батон обогащенный	35	1,715	1,05	17,535	56
6. Хлеб ржаной	30	1,2	0,39	14,94	52,2
Итого:		16,199	24,122	73,462	536,677
Полдник					
1. Помидор свежий	30	0,397	0,072	1,373	8,671
2. Макароны, запеченные с яйцом	150	6,461	8,383	29,013	207,732
3. Ватрушка с творогом	70	8,365	5,416	25,122	189,783
4. Напиток клюквенный	180	0	0	19,17	64,064
5. Хлеб ржаной	20	0,8	0,26	9,96	34,8
Итого:		16,023	14,131	84,638	505,05
Итого за день:		45,479	57,166	238,012	1550,96

ясли 12ч-УСП2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	2,323	5,225	9,018	62,554
2. Каша "дружба"	130	3,319	5,279	20,658	137,302
3. Кофейный напиток	150	1,872	2,138	11,126	75,855
Итого:		7,515	12,641	40,802	275,71
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	2,375	1,875	7,75	105
2. Апельсин свежий	75	0,777	0,173	15,618	37,104
Итого:		3,152	2,048	23,368	142,104
Обед					
1. Салат из свеклы	30	0,442	0,827	2,591	21,565
2. Рассольник ленинградский	150/10/1	2,604	6,084	11,707	105,058
3. Запеканка картофельная с мясом	150	7,954	13,12	17,733	227,912
4. Напиток из клюквы протертой с сахаром	150	0	0	14,489	49,945
5. Хлеб ржаной	19	0,76	0,247	9,462	33,06
6. Батон обогащенный	20	0,98	0,6	10,02	32
Итого:		12,74	20,879	66,001	469,541
Полдник					
1. Помидор свежий	50	0,555	0,101	1,919	12,118
2. Макароны, запеченные с яйцом	120	4,441	6,709	23,254	155,175
3. Ватрушка с творогом	50	7,813	2,733	22,288	147,969
4. Сок для раннего возраста.	150	0,75	0,15	15,15	69
5. Хлеб ржаной	19	0,76	0,247	9,462	33,06
Итого:		14,32	9,94	72,073	417,321
Итого за день:		37,727	45,507	202,245	1304,67



Заведующий Аминова И.В.