

Меню на 19.09.2024, День 4

ГБДОУ Детский сад № 409 Кировского района
Санкт-Петербурга

сад 12ч-УСП2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	40	1,74	4,06	17,575	73,5
2. Каша манная жидкая	180	2,286	4,771	28,126	163,255
3. Кофейный напиток с молоком	200	2,249	2,508	12,482	87,409
Итого:		6,276	11,339	58,183	324,163
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	2,375	1,875	7,75	105
2. Груша свежая	70	0,281	0,211	7,231	32,994
Итого:		2,656	2,086	14,981	137,994
Обед					
1. Помидор свежий	30	0,332	0,06	1,147	7,244
2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	3,955	5,428	14,371	132,317
3. Пудинг рыбный запеченный	70	11,561	5,543	5,438	104,052
4. Рагу овощное (1-й вариант)	150	2,047	4,376	16,514	91,988
5. Компот из изюма	180	0,543	0,118	25,509	106,216
6. Хлеб ржаной	30	1,2	0,39	14,94	52,2
7. Батон обогащенный	30	1,225	0,75	12,525	40
Итого:		20,863	16,665	90,444	534,016
Полдник					
1. Запеканка из творога	150/17	29,863	10,214	31,427	340,834
2. Молоко кипяченое	200	4,009	5,011	9,421	106,239
3. Вафли	30	1,404	3,132	22,5	77,76
Итого:		35,276	18,357	63,348	524,833
Итого за день:		65,07	48,447	226,955	1521,00

ясли 12ч-УСП2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,25	3,76	12,565	57,5
2. Каша манная жидкая	130	1,476	3,512	18,989	111,22
3. Кофейный напиток	150	1,872	2,138	11,126	75,855
Итого:		4,598	9,409	42,68	244,575
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	2,375	1,875	7,75	105
2. Груша свежая	75	0,299	0,224	7,694	35,109
Итого:		2,674	2,099	15,444	140,109
Обед					
1. Помидор свежий	50	0,555	0,101	1,919	12,118
2. суп картофельный с мясными фрикадельками	150/15	5,069	6,848	11,228	140,308
3. Пудинг рыбный запеченный	65	8,848	4,106	5,746	82,913
4. Рагу овощное (1-й вариант)	100	1,414	2,919	11,432	64,538
5. Сок для раннего возраста.	150	0,714	0,143	14,428	65,711
6. Хлеб ржаной	19	0,76	0,247	9,462	33,06
7. Батон обогащенный	15	0,735	0,45	7,515	24
Итого:		18,095	14,814	61,729	422,647
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	100/20	17,896	5,966	18,265	200,438
2. Молоко кипяченое	150	2,97	3,476	6,758	70,196
3. вафли	25	0,975	2,175	15,625	54
Итого:		21,841	11,617	40,648	324,635
Итого за день:		47,209	37,939	160,501	1131,96



Заведующий Аминова И.В.