

Меню на 05.06.2025, День 9

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	1,49	4,109	16,563	76,118
2. Каша овсяная "геркулес" жидкая	200	5,431	6,767	23,098	148,112
3. Чай с молоком	180	1,414	1,768	9,312	61,421
Итого:		8,336	12,644	48,972	285,651
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	150	4,248	3,662	5,566	98,141
2. Банан свежий	80	1,112	0,371	15,573	71,19
Итого:		5,36	4,033	21,139	169,331
Обед					
1. Огурец свежий	30	0,24	0	0,75	4,2
2. Рыба (филе) отварная	70	9,065	0,395	0,425	46,207
3. Борщ с квашенной капустой и картофелем, говядиной и сметаной	200/10/1	2,946	4,938	12,554	99,102
4. Соус польский тк № 378	20	0,279	8,887	0,146	56,705
5. Картофельное пюре с морковью	150	3,222	3,93	23,478	136,206
6. Сок яблочный	180	0,882	0,176	17,824	81,177
7. Батон обогащенный	30	1,256	0,942	14,162	50,243
8. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	0,933	0,303	11,619	40,596
Итого:		18,823	19,573	80,958	514,436
Полдник					
1. Яйцо вареное	40	0,696	1,531	0,115	25,682
2. Винегрет овощной с сельдью	60/35	3,791	4,515	3,27	95,804
3. Булочка молочная	70	6,356	4,138	56,555	297,13
4. Напиток лимонный	180	0,212	0,024	15,677	67,864
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	0,933	0,303	11,619	40,596
Итого:		11,989	10,511	87,236	527,077
Итого за день:		44,508	46,76	238,305	1496,49

ясли 12ч-УСП2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	1,072	3,795	11,842	59,369
2. Каша овсяная "геркулес" жидкая	130	3,635	4,378	15,494	97,58
3. Чай с молоком	180	2,089	2,611	10,897	79,295
Итого:		6,795	10,785	38,233	236,244
2й Завтрак					
1. Ряженка 2,5%	125	3,417	2,946	4,477	78,942
2. Банан свежий	70	1,129	0,376	15,806	72,258
Итого:		4,546	3,322	20,284	151,2
Обед					
1. Помидор свежий	50	0,555	0,101	1,919	12,118
2. Борщ с квашенной капустой и картофелем, говядиной и сметаной	150/10	2,356	4,152	9,157	76,763
3. Соус польский тк № 378	20	0,328	6,632	0,126	45,273
4. Рыба (филе) отварная	60	8,432	0,365	0,268	42,54
5. Картофель отварной	130	2,775	2,358	22,518	118,14
6. Сок для раннего возраста.	150	0,778	0,156	15,711	71,556
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,56	0,182	6,971	24,357
8. Батон обогащенный	20	0,837	0,628	9,442	33,496
Итого:		16,621	14,574	66,112	424,242
Полдник					
1. Яйцо вареное	20	1,74	3,828	0,287	64,206
2. Винегрет овощной с сельдью	40/30	3,43	3,966	5,513	94,513
3. Булочка "домашняя" молочная	50	3,596	3,569	31,118	177,115
4. Компот из свежих груш	150	0,112	0,084	12,854	53,013
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	0,747	0,243	9,295	32,475
Итого:		9,624	11,689	59,067	421,323
Итого за день:		37,587	40,37	183,695	1233,00

Заведующий_____Аминова И.В.

Меню на 05.06.2025, День 9

ГБДОУ Детский сад № 409 Кировского района
Санкт-Петербурга

аллергики 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша рассыпчатая пшениная с маслом раст.	150	4,594	3,531	38,184	215,236
2. Чай с сахаром	180	0	0	13,473	53,865
Итого:		4,594	3,531	51,657	269,101
2й Завтрак					
1. Банан свежий	100	1,139	0,38	15,943	72,881
Итого:		1,139	0,38	15,943	72,881
Обед					
1. Огурец свежий	50	0,379	0	1,186	6,64
2. Борщ с капустой и картофелем, говядиной	200	2,176	3,422	6,977	74,788
3. Бифштекс натуральный, рубленый,запеченный	70	5,124	9,129	0,482	123,455
4. Пюре картофельное	130	2,496	0,699	20,342	99,644
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,709	0,231	8,83	30,852
Итого:		10,884	13,481	37,817	335,379
Полдник					
1. Огурец свежий	40	0,298	0	0,93	5,208
2. Голубцы ленивые	180	6,432	8,599	9,924	157,459
3. Компот из свежих груш	180	0,072	0,054	16,674	67,712
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,709	0,231	8,83	30,852
Итого:		7,511	8,883	36,358	261,231
Итого за день:		24,127	26,274	141,775	938,592

Заведующий _____ Аминова И.В.