

Меню на 01.11.2025, День 6

ГБДОУ № 53

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	32\8	3,12	7,8	20,104	163,44
2. Каша пшенная жидкая	200	6,368	6,722	29,145	203,314
3. Кофейный напиток с молоком	180	3,687	2,969	16,76	114,231
Итого:		13,174	17,491	66,009	480,985
Обед					
1. Огурец соленый	47	0,38	0,048	0,808	6,175
2. Суп картофельный с горохом с говядиной	200/10/1	7,605	3,46	22,098	150,296
3. Рулет с луком и яйцом	60	9,629	10,663	4,72	153,082
4. Овощи в молочном соусе	150	3,093	4,966	13,852	113,366
5. Кисель из кураги	180	0,95	0,054	32,104	133,46
6. Батон обогащенный	30	2,31	0,9	15,03	77,7
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	35	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		25,947	20,479	100,551	694,378
Полдник					
1. Фрикадельки рыбные отварные	60	8,132	3,037	8,945	95,651
2. Картофель отварной	100/4	2,094	3,715	16,932	109,754
3. Сок яблочный	200	1,05	0,21	21,21	96,6
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,99	0,195	5,97	30,15
Итого:		12,266	7,156	53,057	332,154
Итого за день:		51,387	45,126	219,617	1507,51

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	30	2,35	7,5	15,094	137,54
2. Каша пшенная жидкая с маслом сливочным	130	4,666	6,455	23,207	170,09
3. Кофейный напиток с молоком	150	3,646	2,969	13,586	100,56
4. Яйцо вареное	40	5,194	4,698	0,287	64,206
Итого:		15,856	21,622	52,174	472,396
Обед					
1. Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,9
2. Суп картофельный с горохом с говядиной	150/10/1	7,635	3,059	22,567	148,663
3. Котлета мясная (говядина)	55	9,03	7,552	5,277	124,455
4. Овощи в молочном соусе	100	2,246	2,219	9,631	68,069
5. Кисель из кураги	150	0,259	0,014	16,472	67,236
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,188	0,234	7,164	36,18
7. Батон обогащенный	34	1,155	0,45	7,515	38,85
Итого:		21,752	13,559	69,135	487,353
Полдник					
1. Картофель отварной	80/3	1,65	3,626	13,313	92,66
2. Биточек рыбный	45	7,137	7,228	7,239	122,14
3. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,188	0,234	7,164	36,18
4. Печенье	20	1,2	1,28	13,7	90,2
5. Сок яблочный	150	1	0,2	20,2	92
Итого:		12,175	12,568	61,616	433,179
Итого за день:		49,784	47,748	182,926	1392,92

.Заведующая ГБДОУ _____Завьялова Н.Л.

Меню на 01.11.2025, День 6

ГБДОУ № 53

персонал 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Овощи в молочном соусе	150	3,098	5,791	13,564	119,661
2. Рулет с луком и яйцом	70	8,885	8,279	5,084	130,154
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		13,964	14,459	30,587	310,114
Итого за день:		13,964	14,459	30,587	310,114

.Заведующая ГБДОУ _____Завьялова Н.Л.