

Меню на 05.11.2025, День 8

ГБДОУ № 53

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40/18	7,267	6,524	20,04	169,295
2. Каша манная жидкая	180	4,964	5,593	25,496	172,849
3. Кофейный напиток с молоком	180	3,687	2,969	16,76	114,231
Итого:		15,918	15,085	62,296	456,375
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Помидор свежий	47	0,523	0,095	1,805	11,4
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	200/10/1	2,622	1,401	18,811	98,674
3. Пудинг из печени с морковью	80	19,714	7,298	11,561	191,877
4. Рагу овощное (1-й вариант)	140	2,201	6,085	11,15	109,107
5. Кисель из яблок	180	0,091	0,077	24,821	100,799
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	35	1,98	0,39	11,94	60,3
7. Батон обогащенный	30	2,31	0,9	15,03	77,7
Итого:		29,44	16,247	95,118	649,857
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	150/20	27,85	11,294	37,858	366,259
2. Молоко кипяченое	200	5,786	4,988	9,576	107,73
3. Пряники	30	1,77	1,41	22,5	109,8
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,99	0,195	5,97	30,15
5. Груша	80	0,353	0,265	9,085	41,454
Итого:		36,748	18,151	84,989	655,393
Итого за день:		85,731	52,608	257,653	1866,62

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	25/11	5,485	4,598	17,535	134,432
2. Каша манная жидкая со сливочным маслом	130	3,581	6,009	16,454	134,774
3. Кофейный напиток с молоком	150	3,646	2,969	13,586	100,56
Итого:		12,713	13,576	47,575	369,766
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. Помидор свежий	37	0,418	0,076	1,444	9,12
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	150/10/1	3,059	2,445	21,268	119,6
3. Пудинг из печени с морковью	55	14,764	6,864	8,803	157,164
4. Рагу овощное (1-й вариант)	80	1,599	4,739	7,811	80,862
5. Кисель из яблок	150	0,092	0,083	16,062	65,876
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:		22,275	14,892	70,068	507,652
Полдник					
1. Запеканка из творога с джемом	100/20	22,204	10,107	29,14	297,685
2. Молоко кипяченое	150	4,684	4,038	7,752	87,21
3. Груша свежая	70	0,313	0,235	8,065	36,801
4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,99	0,195	5,97	30,15
Итого:		28,191	14,574	50,927	451,846
Итого за день:		66,804	46,167	183,819	1434,26

.Заведующая ГБДОУ _____Завьялова Н.Л.

Меню на 05.11.2025, День 8

ГБДОУ № 53

персонал 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Пудинг из печени с морковью	80	15,286	6,023	6,383	141,785
2. Рагу овощное (1-й вариант)	140	1,786	6,588	8,822	102,656
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		19,052	13,001	27,145	304,74
Итого за день:		19,052	13,001	27,145	304,74

.Заведующая ГБДОУ _____Завьялова Н.Л.