

Меню на 07.11.2025, День 10

ГБДОУ № 53

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с маслом	35/8	2,735	7,65	17,599	150,49
2. Какао с молоком	180	3,698	3,027	11,298	88,378
3. Каша "дружба"	180	6,272	7,919	30,78	220,42
Итого:		12,704	18,596	59,677	459,288
2й Завтрак					
1. кефир	150	5,626	4,85	7,76	102,82
Итого:		5,626	4,85	7,76	102,82
Обед					
1. Огурец свежий	56	0,454	0	1,418	7,942
2. Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/1	4,393	4,596	15,251	120,642
3. Котлеты рубленные из птицы	70	1,672	10,48	4,439	117,882
4. Сок персиковый	195	0,555	0	30,525	125,8
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	35	1,98	0,39	11,94	60,3
6. Батон обогащенный	30	2,31	0,9	15,03	77,7
7. Макароны изделия отварные	150/5	4,97	3,885	31,757	182,02
Итого:		16,334	20,251	110,361	692,286
Полдник					
1. Жаркое по-домашнему	120	9,539	9,228	11,285	166,557
2. Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0	0	13,736	54,93
3. Печенье	40	2,4	2,56	27,4	180,4
4. Мандарин свежий	100	0,8	0,2	7,5	38
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,99	0,195	5,97	30,15
Итого:		13,729	12,183	65,891	470,037
Итого за день:		48,393	55,88	243,688	1724,43

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. Какао с молоком	170	4,027	3,338	11,678	94,046
3. Каша "дружба" с сахаром	150	4,673	6,848	20,465	162,992
Итого:		11,049	17,685	47,237	394,577
2й Завтрак					
1. кефир	150	5,626	4,85	7,76	102,82
Итого:		5,626	4,85	7,76	102,82
Обед					
1. Огурец свежий	41	0,298	0	0,93	5,208
2. Рассольник с говядиной и сметаной	150/10/5	4,246	5,739	11,931	116,828
3. Фрикадельки из птицы	50	1,685	1,055	5,888	40,011
4. Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,32	3,69	21,182	131,32
5. Сок персиковый	190	0,54	0	29,7	122,4
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:		12,431	11,168	84,31	490,796
Полдник					
1. Жаркое по-домашнему	100	9,015	6,199	18,632	166,753
2. Мандарины свежие	80	0,64	0,16	6	30,4
3. Печенье	30	3,6	3,84	41,1	270,6
4. Напиток клюквенный	150	0	0	18,236	72,93
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,188	0,234	7,164	36,18
Итого:		14,443	10,433	91,132	576,863
Итого за день:		43,55	44,136	230,439	1565,05

Заведующая ГБДОУ _____ Завьялова Н.Л.

Меню на 07.11.2025, День 10

ГБДОУ № 53

персонал 2021

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Котлеты рубленные из птицы	70	2,101	7,879	7,307	107,655
2. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
3. Макаронные изделия отварные	160	5,988	4,912	38,252	221,344
Итого:		10,069	13,181	57,499	389,299
Итого за день:		10,069	13,181	57,499	389,299

.Заведующая ГБДОУ _____Завьялова Н.Л.