

СОГЛАСОВАНО



Заведующий

ГБДОУ №014

Семенова И.С./

МЕНЮ

4 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	18	24.3	3.2	304
КАША РАССЫПЧАТАЯ КУКУРУЗНАЯ С ОВОЩАМИ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ) (аллергии)	130	4.1	5.1	25.7	164
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	40	9.6	22.3	0.2	240
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ)	30	0.9	1.2	1.9	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.3	12.5	82
Итого		23.1	28.4	27.9	460
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.2	7.2	7.6	97
Итого		5.2	7.2	7.6	97
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4.2	8.5	12.7	147
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (аллергии)	200	3.8	6.5	15.5	135
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	80	13.6	17.5	12.3	261
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	8.2	6.2	36.9	236
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0.2		11.6	48
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0.1		6.2	25
Итого		29.7	33.1	96.5	805
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ"	80	9.8	13.3	12.7	210
ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	140	6.1	7.2	16.8	158
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1	0.1	24.5	103
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0.8	0.2	7.5	38

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) (аллергики)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		20.5	21.6	80.3	602
Всего		78.5	90.3	212.3	1964

Медицинская сестра



Бережная А.В.