СОГЛАСОВАНО

И.О. заведующего
ГБДОУ №014
_____ /Чибисова С.А./

МЕНЮ

31 октября 2025 г.

Сад 12 БЕЗМОЛОЧНАЯ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	140	3.4	4.9	35.9	201
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	40	5.9	5.7	3.9	90
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	35	8.4	19.5	0.2	210
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.5	2	14.9	83
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	20				
Итого		**12.4**	**13.2**	**71.2**	**451**
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		6.2	25
Итого		**1.7**	**0.6**	**16.7**	**80**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.3	14
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ	200	4.4	4.6	6.8	87
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ (свинина) (аллергики)	200	3.7	7.4	6.9	109
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	10.8	4.9	5.2	108
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	14.4	33.4	0.4	360
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	140	2.8	5.6	22.7	152
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0.5		29.7	122
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		6.2	25
Итого		**22.7**	**16.1**	**89.7**	**596**
Полдник					

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	230	17.6	10.1	36.8	309
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергики)	170	3.3	6.2	26.9	177
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	14.4	33.4	0.4	360
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5	4.5	0.3	62
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	35	8.4	19.5	0.2	210
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0.2		6.8	30
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		6.2	25
Итого		**25.6**	**15.4**	**62.7**	**494**
Всего		**62.4**	**45.3**	**240.3**	**1621**

Медицинская сестра _____ Бережная А.В.