

СОГЛАСОВАНО

Заведующий ГБДОУ № 19

Ф.И.О.

И.А. Карпова



МЕНЮ для детей от 3-7 лет (Льготное)

6 день

17 11 2025 г.

Завтрак на 2025 год	
Выход, г	
30	Бутерброд с джемом Джем, Масло сливочное, Батон пшеничный обогащенный Б - 1,40 г, Ж - 2,10 г, У - 15,80 г, ЭЦ - 68,00 ккал
180	Каша пшенная жидкая с маслом сливочным Крупа пшенная, Молоко, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль Б - 6,40 г, Ж - 7,02 г, У - 19,14 г, ЭЦ - 181,10 ккал
180	Кофейный напиток с молоком Кофейный напиток, Молоко, Сахар-песок Б - 2,80 г, Ж - 2,40 г, У - 12,70 г, ЭЦ - 84,00 ккал
100	Яблоко свежее Б - 0,42 г, Ж - 0,4 г, У - 7,10 г, ЭЦ - 39,50 ккал
II Завтрак на 2025 год	
Выход, г	
180	Сок фруктовый персиковый Б - 0,90 г, Ж - 0,24 г, У - 7,20 г, ЭЦ - 61,40 ккал
35	Пряник Б - 1,80 г, Ж - 2,85 г, У - 6,03 г, ЭЦ - 28,0 ккал
Обед на 2025 год	
Выход, г	
50	Огурец свежий Б - 0,40 г, Ж - 0,0 г, У - 1,30 г, ЭЦ - 7,0 ккал
200	Суп картофельный с горохом и гренками Картофель, Горох, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Батон пшеничный, Соль Б - 4,10 г, Ж - 4,50 г, У - 25,60 г, ЭЦ - 153,30 ккал
80	Фрикадельки рыбные отварные Треска филе с/м, Батон пшеничный, Яйцо куриное, Масло сливочное, Соль Б - 8,50 г, Ж - 16,10 г, У - 7,90 г, ЭЦ - 161,30 ккал
130	Овощи в молочном соусе Морковь, Картофель, Горошек зеленый к/с, Капуста белокочанная свежая, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сахар-песок, Соль Б - 1,84 г, Ж - 0,10 г, У - 8,50 г, ЭЦ - 75,20 ккал
180	Кисель из яблок Яблоки свежие, Сахар-песок, Крахмал картофельный, Кислота лимонная Б - 0,12 г, Ж - 0,12 г, У - 22,70 г, ЭЦ - 105,40 ккал
25	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный Б - 1,63 г, Ж - 0,2 г, У - 10,63 г, ЭЦ - 51,63 ккал
25	Батон нарезной обогащенный Б - 1,88 г, Ж - 0,75 г, У - 12,90 г, ЭЦ - 66,0 ккал
Уплотненный полдник на 2025 год	
Выход, г	
70	Котлета мясная (говядина) Говядина с/м, Батон пшеничный, Сухари панировочные, Масло сливочное, Соль Б - 9,10 г, Ж - 7,80 г, У - 15,60 г, ЭЦ - 218,30 ккал
150	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему" Крупа гречневая, Масло сливочное, Морковь, Лук репчатый, Соль Б - 4,65 г, Ж - 5,60 г, У - 27,10 г, ЭЦ - 136,0 ккал
15	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 1,0 г, Ж - 0,12 г, У - 6,40 г, ЭЦ - 31,0 ккал
40	Вафли в ассортименте Б - 1,24 г, Ж - 4,73 г, У - 24,17 г, ЭЦ - 123,7 ккал
180	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,0 г, Ж - 0,0 г, У - 8,40 г, ЭЦ - 34,0 ккал

Главный технолог

Зав. производством