

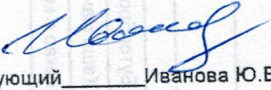


Утверждаю
Заведующий ГБДОУ Детский сад № 18
Иванова Ю.В.
26 июня 2025

Меню
сад, День 9

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак					
1. Бутерброд с джемом	35	1,615	0,6	20,76	93,2
2. Каша овсяная "геркулес" жидкая	200	6,888	7,191	26,254	197,809
3. Кофейный напиток с молоком	180	5,457	4,655	19,811	148,792
Итого:		13,96	12,446	66,825	439,801
2й Завтрак					
1. Йогурт фруктовый в инд.упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	200/10/5	4,065	4,589	10,62	100,596
2. Голубцы ленивые	150	15,171	18,08	11,688	271,071
3. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
4. Печенье	30	1,8	1,92	20,55	135,3
5. Напиток витаминизированный	180	0	0	10,696	42,784
Итого:		24,006	25,174	71,464	640,201
Полдник					
1. Рыба (филе) отварная	70	13,672	0,518	0,4	60,663
2. Соус польский	20	1,091	7,54	0,146	72,838
3. Картофель отварной	120	2,903	4,383	23,509	145,4
4. Батон нарезной из пшеничной муки в/с обогащенный	45	3,465	1,35	22,545	116,55
5. Апельсин свежий	80	0,752	0,167	6,77	35,939
6. Сок абрикосовый	180	0,9	0	22,86	99
Итого:		22,783	13,958	76,229	530,391
Итого за день:		64,373	54,703	229,768	1715,393

Диетсестра  Дмитриева А.В.

Заведующий  Иванова Ю.В.