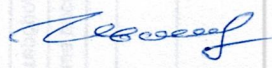


Утверждаю
Заведующий ГБДОУ Детский сад № 18
Иванова Ю.В.
24 июня 2025

Меню
Аллергии Сад, День 7

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак					
1. Каша жидкая рисовая с маслом раст.	180/5	1,932	5,171	20,424	135,959
2. Батон нарезной обогащенный	36	2,772	1,08	18,036	93,24
3. Чай с сахаром	180	0	0	10,978	43,89
4. Банан свежий	80	1,4	0,467	19,595	89,578
Итого:		6,104	6,718	69,033	362,667
2й Завтрак					
1. Чай с сахаром	180	0	0	10,978	43,89
2. Вафли	30	1,17	9,18	18,75	162,6
Итого:		1,17	9,18	29,728	206,49
Обед					
1. Огурец свежий	50	0,379	0	1,186	6,64
2. Суп рисовый с мясом	200/10	4,219	5,255	12,064	112,454
3. Мясо отварное	50	15,206	13,06	0,165	178,715
4. Капуста тушеная	150	3,538	4,3	13,997	110,985
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
6. Соль йодированная на весь день	5,4	0	0	0	0
7. Кисель из черносслива	180	0,353	0,105	24,939	103,653
Итого:		26,665	23,305	70,262	602,896
Полдник					
1. Бифштекс натуральный, рубленый, запеченный	70	14,703	14,047	0	184,915
2. Картофель, тушеный с луком	150	3,331	18,595	25,015	281,496
3. Батон нарезной обогащенный	36	2,772	1,08	18,036	93,24
4. Сок	180	0,9	0,18	18,18	82,8
5. Огурец свежий	50	0,379	0	1,186	6,64
Итого:		22,086	33,902	62,417	649,092
Итого за день:		56,025	73,104	231,44	1821,144

Диетсестра  Дмитриева А.В.

Заведующий  Иванова Ю.В.