



СОГЛАСОВАНО

Директора
ГБДОУ ЦРР 45
Орлова О.В./

МЕНЮ

31 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.4	6.6	26.7	187
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.7	4	21.4	131
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.5	4.7	10.3	90
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.6	0.7	15.5	71
ХЛЕБЦЫ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	20				
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	11.3	44
Итого		7.7	12.1	63.8	392
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5	4.5	8.1	102
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		13.4	54
Итого		5	4.5	8.1	102
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0.9	3.1	10.2	73
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4.5	5	8.5	100
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	11.2	4.8	8.2	121
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	19.2	44.5	0.5	480
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3.1	5.1	20.6	141
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ХЛЕБЦЫ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	20				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0.9		22.9	99
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		13.4	54
Итого		23.4	18.8	89.2	627
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	10.1	11.5	7.1	173
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	19.2	44.5	0.5	480
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	139	5.6	10	27	223
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ХЛЕБЦЫ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	20				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		13.4	54
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6.5	3.4	21.5	143

Итого	23.7	25.1	70.5	608
Всего	59.8	60.5	231.6	1729

Медицинская сестра

