

составлено
 Лисовской
 Л.В. общешкольной
 Лисовской Л.В.



Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В. Галкина
 Е.В. Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 05.08.2022г.

| Меню на 05.08.2022г. ясли/сад | Выход на 1 реб. | | Б | | Ж | | У | | Ккал. | |
|-----------------------------------------|--------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| Каша молочная манная | 150 | 200 | 4,65 | 6,2 | 6,037 | 8,05 | 23,31 | 31,09 | 166,51 | 222,02 |
| Батон с маслом | 20/4 | 40/5 | 1,58 | 3,02 | 5,24 | 4,79 | 9,81 | 20,40 | 93,87 | 138,7 |
| Какао с молоком | 150 | 180 | 3,07 | 4,45 | 5,16 | 6,2 | 69,06 | 82,88 | 99,36 | 119,24 |
| Всего за завтрак | 333 | 435 | 12,1 | 17,12 | 18,897 | 25,63 | 101,61 | 127,63 | 391,47 | 526,96 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | |
| Яблоко | 100 | 100 | 0,40 | 0,48 | 0,30 | 0,48 | 9,8 | 12,25 | 42,00 | 52,5 |
| Всего за 2 завтрак | 100 | 100 | 0,40 | 0,048 | 0,30 | 0,48 | 9,8 | 12,25 | 42,00 | 52,5 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Огурец свежий | 50 | 50 | 0,35 | 0,35 | 0,05 | 0,05 | 1,85 | 1,85 | 6,85 | 6,85 |
| Свекольник на кур.б-не со сметаной | 150 | 200 | 1,98 | 2,21 | 2,196 | 2,44 | 14,69 | 16,1 | 172,94 | 192,15 |
| Гороховое пюре | 120 | 150 | 10,73 | 13,41 | 5,39 | 6,74 | 27,57 | 34,46 | 200,76 | 250,95 |
| Котлета куриная | 60 | 60 | 11,1 | 11,1 | 10,42 | 10,42 | 4,28 | 4,28 | 217,95 | 217,95 |
| Сок фруктовый | 150 | 180 | 0,55 | 0,60 | 9,8 | 12,35 | 9,8 | 12,35 | 46,0 | 52,5 |
| Хлеб пшеничный, ржаной | 20/20 | 30/20 | 1,2/1,22 | 1,8/1,22 | 0,24/0,42 | 0,36/0,42 | 8,86/8,37 | 13,3/8,37 | 37,8/42,88 | 56,7/42,88 |
| Всего за обед | 540 | 670 | 26,78 | 30,34 | 28,466 | 32,73 | 74,35 | 90,03 | 721,53 | 817,93 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| Творожно-рисовая запеканка со сгущенкой | 110/15 | 150/20 | 10,4 | 13,6 | 7,08 | 9,26 | 7,58 | 9,92 | 180,6 | 236,17 |
| Чай с молоком | 150 | 180 | 2,65 | 2,67 | 2,33 | 2,34 | 11,31 | 14,31 | 77 | 89 |
| Всего за уплотненный полдник | 275 | 350 | 13,05 | 16,27 | 9,41 | 11,6 | 18,89 | 24,23 | 257,6 | 325,17 |
| Всего за день | 1248 | 1555 | 52,33 | 64,21 | 57,073 | 70,44 | 204,65 | 254,14 | 1412,60 | 1722,56 |