

самосовано  
 Дружба  
 по обществу  
 Лизина Ж.В.

Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

  
 Е.В. Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 25.08.2022г.

Меню на 25.08.2022г. исли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	исли	сад	исли	сад	исли	сад	исли	сад	исли	сад
<b>Завтрак</b>										
Каши молочная пшеничная	150	200	4,87	6,5	6,075	8,01	24,075	3,21	167,25	225
Батон с маслом	20/4	40/5	1,58	3,02	5,24	4,79	9,81	20,40	93,87	138,7
Чай сладкий с лимоном	150	180	0,1	0,12	0,01	0,02	8,5	10,20	28,56	34,28
<b>Всего за завтрак</b>	<b>324</b>	<b>425</b>	<b>6,55</b>	<b>9,64</b>	<b>11,325</b>	<b>12,82</b>	<b>42,385</b>	<b>33,81</b>	<b>289,68</b>	<b>395,98</b>
<b>2 Завтрак</b>										
Ряженка	100	100	0,40	0,40	0,30	0,30	11,00	11,00	46,00	46,00
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>0,30</b>	<b>0,30</b>	<b>11,00</b>	<b>11,00</b>	<b>46,00</b>	<b>46,00</b>
<b>Обед</b>										
Помидора свежая	50	50	0,003	0,003	0,001	0,001	2,2	2,2	11	11
Суп вермишелевый на к/б	180	200	2,01	2,69	2,13	2,84	12,86	17,14	78,56	104,75
Капуста тушеная с мисом	150	200	3,44	4,49	6,89	8,84	20,06	25,81	154,8	205,5
Компот из свежих ягод	180	180	0,21	0,21	0,12	0,12	10,40	10,40	42,28	42,28
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
<b>Всего за обед</b>	<b>591</b>	<b>671</b>	<b>12,75</b>	<b>14,8</b>	<b>16,36</b>	<b>19,54</b>	<b>55,91</b>	<b>67,46</b>	<b>412,75</b>	<b>500,36</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Винегрет	100	150	2,51	3,62	4,74	6,64	33,74	32,11	144,7	207,3
Сыр	30	30	12,52	12,52	13,68	13,68	1,23	1,23	183,26	183,26
Кофейный напиток на молоке	150	180	3,6	4,8	3,6	4,8	18,69	24,92	119,7	159,56
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>480</b>	<b>620</b>	<b>22,65</b>	<b>29,6</b>	<b>10,24</b>	<b>13,55</b>	<b>62,75</b>	<b>82,27</b>	<b>433,93</b>	<b>559,7</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1464</b>	<b>1815</b>	<b>29,034</b>	<b>53,73</b>	<b>68,225</b>	<b>44,04</b>	<b>166,215</b>	<b>191,31</b>	<b>1203,77</b>	<b>1602,48</b>