

составлено
 Председатель
 ред. общественной
 организации
 Явлева Т.С.

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 26.08.2022г.



Меню на 26.08.2022г. если/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		
	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	
Завтрак											
Творожно - маковая запеканка со сгущенкой	120	150	10,4	13,6	7,08	9,26	7,58	9,92	180,6	236,17	
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	294	375	15,05	21,07	17,48	20,25	86,45	113,2	373,83	494,11	
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	
Суп гороховый на кур.б-не	150	200	1,98	2,21	2,196	2,44	14,49	16,1	172,94	192,15	
Картофельное пюре Тефтели курица	120/60	130/70	2,122/12,85	3,39/17,43	3,78/7,074	4,69/11,64	15,92/8,57	27,66/7,10	102,18/144,4	168,69/162,31	
Кисель	150	180	0,24	0,32	0,11	0,14	14,59	19,45	60	80	
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	560	680	19,981	26,814	16,604	23,17	73,2	95,068	596,562	747,508	
Уплотненный полдник											
Каша молочная манная	150	200	4,65	6,21	5,60	7,47	18,82	25,09	138,86	185,15	
Чай с молоком	150	180	2,65	2,67	2,33	2,34	11,31	14,31	77	89	
Всего за уплотненный полдник	395	480	8,8	10,38	8,43	10,31	51,13	60,4	310,86	369,15	
Всего за день	1349	1635	44,231	58,319	42,814	54,21	220,58	280,918	1323,252	1663,268	