

составлено
 Председателем
 по ответственности
 Мясниной Т.В.



Утверждаю:
 Старший воспитатель СПДС «Чайка»
 Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 27.07.2022г.

| Меню на 27.07.2022г. ясли/сад | Выход на 1 реб. | | Б | | Ж | | У | | Ккал. | |
|---|--------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| | Ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| Суп молочный вермишелевый | 150 | 200 | 4,95 | 6,58 | 6,75 | 9,0 | 26,12 | 27 | 149,07 | 198,76 |
| Батон с джемом | 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 |
| Всего за завтрак | 324 | 425 | 6,63 | 9,72 | 12 | 13,81 | 44,43 | 57,6 | 271,5 | 371,74 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | |
| Сок | 100 | 120 | 0,40 | 0,48 | 0,30 | 0,48 | 9,8 | 12,25 | 42,00 | 52,5 |
| Всего за 2 завтрак | 100 | 120 | 0,40 | 0,48 | 0,30 | 0,48 | 9,8 | 12,25 | 42,00 | 52,5 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Салат из огурцов, помидор | 100 | 100 | 1,2 | 1,2 | 9,9 | 9,9 | 4,3 | 4,3 | 112 | 112 |
| Суп со сборных овощей на к/б со сметаной | 150 | 200 | 1,41 | 1,99 | 3,93 | 5,34 | 11,74 | 15,35 | 84,7 | 118,2 |
| Рыбная котлета в сметанном соусе | 150 | 200 | 0,50 | 0,50 | 12,4 | 16,5 | 14,2 | 18,9 | 262,5 | 350 |
| Картофельное пюре | 180 | 200 | 0,24 | 0,32 | 0,11 | 0,14 | 14,59 | 19,45 | 60 | 80 |
| Напиток из шиповника | 180 | 200 | 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 | 540 | 680 | 45,16 | 5,83 | 17,1 | 22,76 | 58,54 | 76,54 | 491,08 | 652,58 |
| Уплотненный подник | | | | | | | | | | |
| Пирожок с капустой | 100 | 120 | 7,83 | 10,45 | 3,87 | 5,26 | 20,34 | 27,21 | 166,5 | 222 |
| Молоко | 150 | 180 | 9 | 12 | 2,3 | 3,1 | 10,5 | 14 | 39,8 | 53,6 |
| Яблоко | 35 | 40 | 0,40 | 0,48 | 0,30 | 0,48 | 9,8 | 12,25 | 42,00 | 52,5 |
| Всего за уплотненный подник | 285 | 340 | 17,23 | 22,93 | 6,47 | 8,84 | 40,64 | 53,46 | 248,3 | 328,1 |
| Всего за день | 1249 | 1565 | 69,42 | 38,96 | 35,87 | 45,89 | 153,41 | 199,85 | 1052,88 | 1404,92 |