

составлено
Инспектор
по общ. безопасности
Лымина Е.В.

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 29.06.2022г.



Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В.Галкина

Меню на 29.06.2022г. 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 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
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										
Огурец консервированный	20	30					0.78	1.17	3.2	4.8
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									60	80
Напиток из шиповника	180	200	0.24	0.32	0.11	0.14	14.59	19.45		
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