

составлено  
 Председатель  
 род. обществу  
 Лямина Т. В.

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

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 29.07.2022г.

Меню на 29.07.2022г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>										
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
<b>Всего за завтрак</b>	<b>294</b>	<b>375</b>	<b>15,05</b>	<b>21,07</b>	<b>17,48</b>	<b>20,25</b>	<b>86,45</b>	<b>113,2</b>	<b>373,83</b>	<b>494,11</b>
<b>2 Завтрак</b>										
Яблоко	100	100	0,40	0,48	0,30	0,48	9,8	12,25	42,00	52,5
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,48</b>	<b>0,30</b>	<b>0,48</b>	<b>9,8</b>	<b>12,25</b>	<b>42,00</b>	<b>52,5</b>
<b>Обед</b>										
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	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
Тефтели куриная	150	180	0,24	0,32	0,11	0,14	14,59	19,45	60	80
Кисель	150	180	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
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	19,981	26,814	16,604	23,17	73,2	95,068	596,562	747,508
<b>Всего за обед</b>	<b>560</b>	<b>680</b>								
<b>Уплотненный полдник</b>										
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
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>395</b>	<b>480</b>	<b>8,8</b>	<b>10,38</b>	<b>8,43</b>	<b>10,31</b>	<b>51,13</b>	<b>60,4</b>	<b>310,86</b>	<b>369,15</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1349</b>	<b>1635</b>	<b>44,231</b>	<b>58,319</b>	<b>42,814</b>	<b>54,21</b>	<b>220,58</b>	<b>280,918</b>	<b>1323,252</b>	<b>1663,268</b>