

соемо севалео
 #дедсателъ
 по обществениности
 Янелма А.В.



Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 01.04.2022г.

Меню на 01.04.2022г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Творожно-манная 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										
Икра кабачковая	40	50	0,379	0,474	2,784	3,48	2,47	3,088	35,822	44,778
Свекольник на кур.б-не со сметаной	150	200	1,98	2,21	2,196	2,44	14,69	16,1	172,94	192,15
Плов с курицей	150	200	1,94	2,26	0,28	0,33	21,83	25,47	100,0	116,7
Сок	150	180	0,55	0,60	9,8	12,35	9,8	12,35	46,0	52,5
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	530	680	7.269	8.564	15.72	19.38	66.02	78.678	435.442	505.708
Уплотненный полдник										
Булочка домашняя	70	100	4,07	6,79	5,5	9,16	25,02	41,7	177,45	295,75
Чай с молоком	150	180	2,65	2,67	2,33	2,34	11,31	14,31	77	89
Всего за уплотненный полдник	220	280	6.72	9.46	7.83	11.5	36.33	56.01.	254.45	384.75
Всего за день	1144	1435	694.719	39.142	41.33	51.61	198.6	260.138	1105.722	1437.068