

Сметана
 Председатель
 по п. общественности
 Мелева Е.В.



Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Утверждаю:
 Е.В. Мелева

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 03.10.2022г.

| Меню на 03.10.2022г. ясли/сал | Выход на 1 реб. | | Б | | Ж | | У | | Ккал. | |
|---|--------------------|--------------|----------------|---------------|---------------|--------------|-------------------|----------------|----------------|----------------|
| | Ясли | сал | ясли | сал | ясли | сал | ясли | сал | ясли | сал |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| Макаронь с сыром | 150 | 180 | 8,25 | 9,9 | 6,7 | 8,9 | 40,6 | 48,6 | 262 | 315 |
| 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 | 3,07 | 4,45 | 5,16 | 6,2 | 69,06 | 82,88 | 99,36 | 119,24 |
| Всего за завтрак | 394 | 405 | 9,93 | 13,04 | 11,95 | 13,71 | 58,91 | 79,2 | 384,43 | 487,98 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | |
| Сок | 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 | 0,48 | 0,30 | 0,48 | 9,8 | 12,25 | 42,00 | 52,5 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Салат из консервированного огурца, зеленого горошка | 45 | 50 | 0,84 | 0,93 | 1,46 | 1,62 | 1,8 | 2,0 | 23,50 | 26,12 |
| Щи на к/б со сметаной | 150 | 200 | 7,5 | 8,32 | 17,8 | 19,8 | 63,9 | 71,01 | 104,7 | 174,52 |
| Бефстроганов из печени | 40 | 500 | 12,285 | 17,43 | 7,074 | 11,64 | 8,569 | 227,10 | 144,935 | 162,31 |
| Картофельное пюре | 120 | 150 | 2,112 | 3,39 | 3,783 | 4,69 | 15,912 | 27,66 | 102,176 | 168,69 |
| Компот из с/фруктов | 180 | 200 | 0,23 | 0,31 | 0,1 | 0,1 | 18,28 | 24,37 | 72,57 | 96,76 |
| 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 | 575 | 690 | 25,087 | 33,19 | 32,197 | 40,49 | 127,361 | 156,44 | 540,161 | 748,66 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| Суп молочный пшеничный | 150 | 180 | 5,26 | 7,01 | 6,07 | 8,09 | 21,29 | 28,39 | 159,75 | 196,53 |
| Булочка домашняя | 70 | 100 | 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 |
| Всего за уплотненный полдник | 371 | 30480 | 18,33 | 2225,8 | 13,87 | 20,35 | 3053,89 | 84,09 | 377 | 545,88 |
| Всего за день | 12749 | 1585 | 272,675 | 358,82 | 52,792 | 65,75 | 224234,174 | 240,366 | 1241,99 | 1651,02 |