

составлено  
 Ответственный  
 за ответственность  
 Мясина М. В.



Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 04.04.2022г.

| Меню на 04.04.2022г.<br>ясли/сад                       | Выход<br>на 1 реб. |             | Б             |               | Ж             |              | У              |               | Ккал.          |                |
|--|--------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|----------------|---------------|----------------|----------------|
|  | ясли               | сад         | ясли          | сад           | ясли          | сад          | ясли           | сад           | ясли           | сад            |
| <b>Завтрак</b>   |                    |             |               |               |               |              |                |               |                |                |
| 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         |
| <b>Всего за завтрак</b>                                | <b>394</b>         | <b>405</b>  | <b>9.93</b>   | <b>13.04</b>  | <b>11.95</b>  | <b>13.71</b> | <b>58.91</b>   | <b>79.2</b>   | <b>384.43</b>  | <b>487.98</b>  |
| <b>2 Завтрак</b>                                       |                    |             |               |               |               |              |                |               |                |                |
| Сок  | 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>0.048</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>  |                    |             |               |               |               |              |                |               |                |                |
| Салат из консервированного<br>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  | 150                | 200         | 7.5           | 8.32          | 17.8          | 19.83        | 63.9           | 71.01         | 104.7          | 174.52         |
| Азу с мясом  | 180                | 200         | 17.118        | 19.02         | 15.507        | 17.23        | 18.045         | 20.05         | 305            | 338.95         |
| Компот из с/ф  | 150                | 180         | 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     |
| <b>Всего за обед</b>                                   | <b>565</b>         | <b>680</b>  | <b>28.108</b> | <b>31.6</b>   | <b>35.527</b> | <b>39.56</b> | <b>119.255</b> | <b>139.1</b>  | <b>586.45</b>  | <b>735.93</b>  |
| <b>Уплотненный полдник</b>                             |                    |             |               |               |               |              |                |               |                |                |
| Каша молочная пшеница                                  | 70                 | 100         | 4.07          | 6.79          | 5.5           | 9.16         | 25.02          | 41.7          | 177.45         | 295.75         |
| Кофейный напиток на<br>молоке                          | 150                | 180         | 2.65          | 2.67          | 2.33          | 2.34         | 11.31          | 14.31         | 77             | 89             |
| <b>Всего за уплотненный<br/>полдник</b>                | <b>220</b>         | <b>280</b>  | <b>6.72</b>   | <b>9.46</b>   | <b>7.83</b>   | <b>11.5</b>  | <b>36.33</b>   | <b>56.01</b>  | <b>254.45</b>  | <b>384.75</b>  |
| <b>Всего за день</b>                                   | <b>1279</b>        | <b>1465</b> | <b>45.158</b> | <b>54.148</b> | <b>55.607</b> | <b>65.25</b> | <b>224.295</b> | <b>286.56</b> | <b>1267.33</b> | <b>1661.16</b> |