



Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 05.05.2022г.

| 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 | | | | | | | | | | |
| Каша молочная пшеничная | 150 | 200 | 4,87 | 6,5 | 6,075 | 8,01 | 24,075 | 3,21 | 167,25 | 223 |
| 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 | 6,55 | 9,64 | 11,325 | 12,82 | 42,385 | 33,81 | 289,68 | 395,98 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | |
| Ряженка | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 0,30 | 0,30 | 11,00 | 11,0 | 46,00 | 46,0 |
| Всего за 2 завтрак | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 0,30 | 0,30 | 11,00 | 11,0 | 46,00 | 46,0 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Яйцо вареное | 1 | 1 | 5,08 | 5,08 | 4,6 | 4,6 | 0,28 | 0,28 | 63 | 63 |
| Суп вермишелевый на кур.б-не | 180 | 200 | 2,01 | 2,69 | 2,13 | 2,84 | 12,86 | 17,14 | 78,56 | 104,75 |
| Колупста тушеная с курицей | 150 | 200 | 3,44 | 4,49 | 6,89 | 8,84 | 20,06 | 25,81 | 154,8 | 205,5 |
| Компот из свежих ягод | 180 | 180 | 0,21 | 0,21 | 0,12 | 0,12 | 10,40 | 10,40 | 42,28 | 42,28 |
| 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 | 591 | 671 | 12,75 | 14,8 | 16,36 | 19,54 | 55,91 | 67,46 | 412,75 | 500,36 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| Винегрет | 100 | 150 | 2,51 | 3,62 | 4,74 | 6,64 | 33,74 | 32,11 | 144,7 | 207,3 |
| Сыр | 30 | 30 | 12,52 | 12,52 | 13,68 | 13,68 | 1,23 | 1,23 | 183,26 | 183,26 |
| Кофейный напиток на молоке | 150 | 180 | 3,6 | 4,8 | 3,6 | 4,8 | 18,69 | 24,92 | 119,7 | 159,56 |
| Всего за уплотненный полдник | 480 | 620 | 22,65 | 29,6 | 10,24 | 13,55 | 62,75 | 82,27 | 433,93 | 559,7 |
| Всего за день | 1464 | 1815 | 29,034 | 53,73 | 68,225 | 44,04 | 166,215 | 191,31 | 1203,77 | 1602,48 |