

составлено
 Инструктор
 по общатвенности
 Лямкина Т.С.



Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В.Галикина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 05.12.2022г.

Меню на 05.12.2022г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Каша молочная рисовая	150	200	4.875	6.5						
Батон с маслом	20/4	40/5	1,58	3,02	6.075	8.1	24.075	8.1	167.25	223
Чай сладкий с лимоном	150	180	0,1	0,12	5,24	4,79	9,81	20,40	93,87	138,7
Всего за завтрак	324	425	6.555	9.64	11.325	12.91	42.385	38.7	289.68	395.98
2 Завтрак										
Сок	100	120	0,40	0,48						
Всего за 2 завтрак	100	120	0,40	0,48	0,30	0,48	9,8	12,25	42,00	52,5
Обед										
Икра кабачковая	50	60	0,54	0,72						
Борщ на к/б со сметаной	150	200	7,5	8,32	2,78	3,48	43,47	4,63	35,1	46,80
Бефстроганов из печени	40	500	12,285	17,43	17,8	19,8	63,9	71,01	104,7	174,52
Картофельное пюре	120	150	2,112	3,39	7,074	11,64	8,569	227,10	144,935	162,31
Компот из с/фруктов	180	200	0,23	0,31	3,783	4,69	15,912	27,66	102,176	168,69
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,1	0,1	18,28	24,37	72,57	96,76
Всего за обед	575	690	25,087	33,19	0,24/0,42	0,36/0,42	8,86/8,37	13,3/8,37	37,8/42,88	56,7/42,88
Уплотненный полдник					32,197	40,49	127,361	156,44	540,161	748,66
Суп молочный пшеничный	150	180	5,26	7,01						
Булочка домашняя	70	100	7,83	10,45	6,07	8,09	21,29	28,39	159,75	196,53
Молоко	150	180	9	12	3,87	5,26	20,34	27,21	166,5	222
Всего за уплотненный полдник	371	30480	18,33	2225,8	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,6
Всего за день	1369	1715	49,372	69,11	57,692	74,23	233,436	291,48	1248,841	1743,02