

составлено
 Прессографом
 Ф.Ф. общественной
 Людмила Г.В.



Утверждаю:
 Старший воспитатель СПДС «Чайка»
 Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 12.12.2022г.

Меню на 12.12.2022г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	Ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Макароны с сыром	150	180	8.25	9.9						
Батон с маслом	20/4	40/5	1,58	3,02	6,7	8,9	40,6	48,6	262	315
Чай сладкий с лимоном	150	180	3,07	4,45	5,24	4,79	9,81	20,40	93,87	138,7
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