

самостоятельно  
 Грудсера тив  
 род. общеобразовательности  
 Людмила М. В.



Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 15.04.2022г.

Меню на 15.04.2022г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>										
Творожно-манная запеканка со сгущенкой	120	150	10.4	13.6	7.08	9.26	7.58	9.92	180.6	236.17
Батон с маслом	20/4	40/5	1.58	3.02	5.24	4.79	9.81	20.40	93.87	138.7
Какао с молоком	150	180	3.07	4.45	5.16	6.2	69.06	82.88	99.36	119.24
<b>Всего за завтрак</b>	<b>294</b>	<b>375</b>	<b>15.05</b>	<b>21.07</b>	<b>17.48</b>	<b>20.25</b>	<b>86.45</b>	<b>113.2</b>	<b>373.83</b>	<b>494.11</b>
<b>2 Завтрак</b>										
Яблоко	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>										
Икра кабачковая	40	50	0.379	0.474	2.784	3.48	2.47	3.088	35.822	44.778
Свекольник на кур.б-не со сметаной	150	200	1.98	2.21	2.196	2.44	14.69	16.1	172.94	192.15
Плов с курицей	150	200	1.94	2.26	0.28	0.33	21.83	25.47	100.0	116.7
Сок	150	180	0.55	0.60	9.8	12.35	9.8	12.35	46.0	52.5
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>530</b>	<b>680</b>	<b>7.269</b>	<b>8.564</b>	<b>15.72</b>	<b>19.38</b>	<b>66.02</b>	<b>78.678</b>	<b>435.442</b>	<b>505.708</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Булочка домашняя	70	100	4.07	6.79	5.5	9.16	25.02	41.7	177.45	295.75
Чай с молоком	150	180	2.65	2.67	2.33	2.34	11.31	14.31	77	89
<b>Всего за уплотненный 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>1144</b>	<b>1435</b>	<b>694.719</b>	<b>39.142</b>	<b>41.33</b>	<b>51.61</b>	<b>198.6</b>	<b>260.138</b>	<b>1105.722</b>	<b>1437.068</b>