

составлено
 Мерседис
 ред. общественности
 Лямкина Д.В.



Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 18.04.2022г.

Меню на 18.04.2022г. 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	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
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	0.048	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	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
Всего за обед	565	680	28.108	31.6	35.527	39.56	119.255	139.1	586.45	735.93
Уплотненный полдник										
Каша молочная пшениная	70	100	4,07	6,79	5,5	9,16	25,02	41,7	177,45	295,75
Кофейный напиток на молоке	150	180	2.65	2.67	2.33	2.34	11.31	14.31	77	89
Всего за уплотненный полдник	220	280	6.72	9.46	7.83	11.5	36.33	56.01	254.45	384.75
Всего за день	1279	1465	45.158	54.148	55.607	65.25	224.295	286.56	1267.33	1661.16