

составлено
 Преподаватель
 род. ответственности
 Ямина Л. В.



Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 20.04.2022г.

Меню на 20.04.2022г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп молочный вермишелевый	150	200	4.95	6.58	6.75	9.0	26.12	27	149.07	198.76
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	6.63	9.72	12	13.81	44.43	57.6	271.5	371.74
2 Завтрак										
Сок	100	120	0,40	0,48	0,30	0,48	9,8	12,25	42,00	52,5
Всего за 2 завтрак	100	120	0,40	0,48	0,30	0,48	9,8	12,25	42,00	52,5
Обед										
Огурец консервированный	20	30					0.78	1.17	3.2	4.8
Суп со сборных овощей на к/б со сметаной	150	200	1.41	1.99	3.93	5.34	11.74	15.35	84.7	118.2
Картофельная запсканка с печенью	150	200	10.1	10.1	9.9	9.9	22.3	22.3	219	219
Напиток из шиповника	180	200	0.24	0.32	0.11	0.14	14.59	19.45	60	80
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	540	680	14.17	15.43	14.6	16.6	66.64	79.94	447.58	521.58
Уплотненный полдник										
Пирожок с капустой	100	120	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	250	300	16.83	22.45	6.17	8.36	30.84	41.21	206.3	275.6
Всего за день	1214	1525	38.03	48.08	33.07	38.81	151.71	191	11967.38	1221.42