

составлено  
 Председатель  
 ред. общешкольной  
 Лямина Е.В.



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

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 20.05.2022г.

Меню на 20.05.2022г. если/сд	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	если	сд	если	сд	если	сд	если	сд	если	сд
<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>0.48</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	03.48	2.47	3.088	35.822	44.778
Суп гороховый на кур.б-не	150	200	1.98	2.21	2.196	2.44	14.49	16.1	172.94	192.15
Картофельное пюре	120/60	130/70	2.122/12.85	3.39/17.43	3.78/7.074	4.69/11.64	15.92/8.57	27.66/7.10	102.18/144.4	168.69/162.31
Тефтели куриная										
Кисель	150	180	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
<b>Всего за обед</b>	<b>560</b>	<b>680</b>	<b>19.981</b>	<b>26.814</b>	<b>16.604</b>	<b>23.17</b>	<b>73.2</b>	<b>95.068</b>	<b>596.562</b>	<b>747.508</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Каша молочная манная	150	200	4.65	6.21	5.60	7.47	18.82	25.09	138.86	185.15
Чай с молоком	150	180	2.65	2.67	2.33	2.34	11.31	14.31	77	89
Яблоко	95	100	1.50	1.50	0.50	0.50	21.00	21.00	95.00	95.00
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>395</b>	<b>480</b>	<b>8.8</b>	<b>10.38</b>	<b>8.43</b>	<b>10.31</b>	<b>51.13</b>	<b>60.4</b>	<b>310.86</b>	<b>369.15</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1349</b>	<b>1635</b>	<b>44.231</b>	<b>58.319</b>	<b>42.814</b>	<b>54.21</b>	<b>220.58</b>	<b>280.918</b>	<b>1323.252</b>	<b>1663.268</b>