

составлено  
 Гроссерайль  
 ред. общественности  
 Лямина Т.В.

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

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 21.11.2022г.

Меню на 21.11.2022г. если/сал	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		
	если	сал	если	сал	если	сал	если	сал	если	сал	
<b>Завтрак</b>											
Каша молочная рисовая	150	200	4,875	6,5	6,075	8,1	24,075	8,1	167,25	223	
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	
<b>Всего за завтрак</b>	<b>324</b>	<b>425</b>	<b>6,555</b>	<b>9,64</b>	<b>11,325</b>	<b>12,91</b>	<b>42,385</b>	<b>38,7</b>	<b>289,68</b>	<b>395,98</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Сок	100	120	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>120</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	50	60	0,54	0,72	2,78	3,48	43,47	4,63	35,1	46,80	
Борщ на в/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	
<b>Всего за обед</b>	<b>575</b>	<b>690</b>	<b>25,087</b>	<b>33,19</b>	<b>32,197</b>	<b>40,49</b>	<b>127,361</b>	<b>156,44</b>	<b>540,161</b>	<b>748,66</b>	
<b>Уплотненный подник</b>											
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	
<b>Всего за уплотненный подник</b>	<b>371</b>	<b>30480</b>	<b>18,33</b>	<b>2225,8</b>	<b>13,87</b>	<b>20,35</b>	<b>3053,89</b>	<b>84,09</b>	<b>377</b>	<b>545,88</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1369</b>	<b>1715</b>	<b>49,372</b>	<b>69,11</b>	<b>57,692</b>	<b>74,23</b>	<b>233,436</b>	<b>291,48</b>	<b>1248,841</b>	<b>1743,02</b>	