

составлено  
 Председатель  
 ред. общественности  
 Лизина Ж.Е.

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

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 30.11.2022г.

Меню на 30.11.2022г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	Ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>										
Суп молочный вермишелевый	150	200	4.95	6.58	6.75	9.0	26.12	27	149.07	198.76
Батон с джемом	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>6.63</b>	<b>9.72</b>	<b>12</b>	<b>13.81</b>	<b>44.43</b>	<b>57.6</b>	<b>271.5</b>	<b>371.74</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>										
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
Рыбная котлета в сметанном соусе	150	200	0,50	0,50	12,4	16,5	14,2	18,9	262,5	350
Картофельное пюре	180	200	0,24	0,32	0,11	0,14	14,59	19,45	60	80\
Напиток из шиповника	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>540</b>	<b>680</b>	<b>45,16</b>	<b>5,83</b>	<b>17,1</b>	<b>22,76</b>	<b>58,54</b>	<b>76,54</b>	<b>491,08</b>	<b>652,58</b>
<b>Уплотненный подник</b>										
Морковь с сахаром	80	100	1,08	1,35	0,34	0,43	14,18	17,73	62,14	77,68
Пирожок с капустой	100	120	7,83	10,45	3,87	5,26	20,34	27,21	166,5	222
Кофейный напиток на молоке	150	180	3,6	4,8	3,6	4,8	18,69	24,92	119,7	159,56
<b>Всего за уплотненный подник</b>	<b>365</b>	<b>440</b>	<b>12,51</b>	<b>16,6</b>	<b>7,81</b>	<b>10,49</b>	<b>40,64</b>	<b>61,19</b>	<b>348,34</b>	<b>459,24</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1329</b>	<b>1665</b>	<b>64,7</b>	<b>32,63</b>	<b>37,21</b>	<b>45,1</b>	<b>161,6</b>	<b>207,58</b>	<b>1152,92</b>	<b>1536,06</b>