

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Лялина Т.Е

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 11.12.2023г.

Меню на 11.12.2023г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	Ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>										
Макароны с сыром	150	180	8.25	9.9	6.7	8.9	40.6	48.6	262	315
Батон с маслом	20/4	25/5	1,58	3,02	5,24	4,79	9,81	20,40	93,87	138,7
Кофейный напиток на молоке	150	180	2.34	2.85	3.6	4.8	18.69	24.92	119.7	159.56
<b>Всего за завтрак</b>	<b>324</b>	<b>390</b>	<b>12.17</b>	<b>15.77</b>	<b>15.54</b>	<b>18.49</b>	<b>69.1</b>	<b>93.92</b>	<b>475.57</b>	<b>613.26</b>
<b>2 Завтрак</b>										
Сок	100	120					9,8	12,25	45,00	52,5
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>120</b>					<b>9.8</b>	<b>12.25</b>	<b>45.00</b>	<b>52.5</b>
<b>Обед</b>										
Салат из консервированного огурца и лука	40	60	0.36	0.5	2.04	3.06	1.1	1.49	24.25	35.53
Щи на к/б со сметаной	200	250	7.5	8.32	17.8	19.8	63.9	71.01	104.7	174.52
Запеканка картофельная с печенью	165	200	12.75	15.85	7.97	9.9	25.92	32.2	226.05	280.85
Компот из с//фруктов	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	8,37 /8,86	8,37/13,3	37,8/42,88	42,88/56,7
<b>Всего за обед</b>	<b>635</b>	<b>740</b>	<b>23.26</b>	<b>28</b>	<b>28.57</b>	<b>33.87</b>	<b>126.43</b>	<b>150.74</b>	<b>508.25</b>	<b>687.24</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Творожный пирог с посыпкой	150	200	17.18	20.38	15.01	17.85	25.21	30.85	303.02	394.04
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.1	0.12	0.01	0.02	8.5	10.20	28.56	34.28
Фрукт (груша)	100	110	1.07	1.13	1.07	1.13	26.21	27.72	125.69	132.94
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>400</b>	<b>490</b>	<b>18.35</b>	<b>21.63</b>	<b>16.09</b>	<b>19</b>	<b>59.92</b>	<b>68.77</b>	<b>457.27</b>	<b>561.26</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1459</b>	<b>1740</b>	<b>53.78</b>	<b>65.4</b>	<b>60.2</b>	<b>71.36</b>	<b>262.25</b>	<b>325.68</b>	<b>1486.09</b>	<b>1914.26</b>