

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

\_\_\_\_\_ Лялина Т.Е

\_\_\_\_\_ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 22.12..2023г.

Меню на 22.12.2023г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	Ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>										
Каша молочная манная	150	200	5.92	6.69	9.65	10.94	43.63	48.25	315.25	359.50
Батон с маслом/ с сыром	20/4 /8	25/5/10	4.38	6.47	7.7	11.38	9,24	13.66	125.6	185.7
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>332</b>	<b>420</b>	<b>13.37</b>	<b>17.61</b>	<b>22.51</b>	<b>28.52</b>	<b>121.93</b>	<b>144.79</b>	<b>540.21</b>	<b>664.44</b>
<b>2 Завтрак</b>										
Яблоко	100	110	1.07	1.13	1.07	1.13	26.21	27.72	125.69	132.94
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>110</b>	<b>1.07</b>	<b>1.13</b>	<b>1.07</b>	<b>1.13</b>	<b>26.21</b>	<b>27.72</b>	<b>125.69</b>	<b>132.94</b>
<b>Обед</b>										
Икра кабачковая	40	50	0.379	0.474	2.784	3.48	2.47	3.088	35.822	44.778
Свекольник на кур.б-не со сметаной	200	250	1.98	2.21	2.196	2.44	14.69	16.1	192.15	192.15
Плов с курицей	150	200	14.5	17.8	13.86	18.48	25.09	33.16	285	380
Сок фруктовый	150	180					9.8	12.25	45.00	52.5
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	
<b>Всего за обед</b>	<b>530</b>	<b>670</b>	<b>19.279</b>	<b>23.504</b>	<b>19.5</b>	<b>25.18</b>	<b>69.28</b>	<b>86.268</b>	<b>619.442</b>	<b>769.008</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Творожно- рисовая запеканка со сгущенкой	110/15	150/20	10.4	13.6	7.08	9.26	7.58	9.92	180.6	236.17
Чай с молоком	150	180	2.65	2.67	2.33	2.34	11.31	14.31	77	89
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>275</b>	<b>350</b>	<b>13.05</b>	<b>16.27</b>	<b>9.41</b>	<b>11.6</b>	<b>18.89</b>	<b>24.23</b>	<b>257.6</b>	<b>325.17</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1237</b>	<b>1550</b>	<b>46.769</b>	<b>58.514</b>	<b>52.49</b>	<b>66.43</b>	<b>236.31</b>	<b>283.008</b>	<b>1542.942</b>	<b>1891.558</b>