

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

_____ Лялина Т.Е

_____ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 07.12.2023г.

| Меню на 07.12.2023 | Выход на 1 реб. | | Б | | Ж | | У | | Ккал. | |
|-------------------------------------|-----------------|-------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|-----------------|-----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| Каша молочная геркулесовая | 150 | 200 | 4.747 | 6.663 | 6.675 | 10.99 | 19.11 | 22.64 | 155.53 | 202.4 |
| Батон с маслом | 20/4 | 25/5 | 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 |
| Всего за завтрак | 324 | 410 | 6.427 | 9.803 | 11.925 | 15.8 | 37.42 | 53.24 | 277.96 | 375.38 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | |
| Ряженка | 80 | 100 | 4.35 | 5.22 | 3.75 | 4.50 | 6.30 | 7.56 | 76 | 92 |
| Всего за 2 завтрак | 80 | 100 | 4.35 | 5.22 | 3.75 | 4.50 | 6.30 | 7.56 | 76 | 92 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Яйцо вареное | 1 | 1 | 5.08 | 5.08 | 4.06 | 4.6 | 0.28 | 0.28 | 63 | 63 |
| Суп с клецками на к/б со сметаной | 200 | 250 | 2.092 | 3.384 | 2.354 | 4.478 | 14.056 | 22.483 | 82.261 | 138.151 |
| Овощное рагу с мясом | 150 | 200 | 3.44 | 4.49 | 6.82 | 8.84 | 20.6 | 25.81 | 154.8 | 205.5 |
| Компот из свежих ягод | 180 | 180 | 0.21 | 0.21 | 0.12 | 0.12 | 10.40 | 10.40 | 42.28 | 42.28 |
| 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 |
| Всего за обед | 541 | 681 | 13.242 | 16.184 | 14.554 | 18.818 | 62.566 | 80.643 | 423.021 | 548.511 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| Салат «Здоровье» | 100 | 100 | 1.56 | 1.56 | 1.06 | 1.06 | 4.54 | 4.54 | 32.7 | 32.7 |
| Кондитерское изделие (печенье) | 35 | 40 | 1.15 | 2.1 | 3.975 | 5.7 | 9.69 | 20.7 | 77.85 | 144 |
| Кофейный напиток на молоке | 150 | 180 | 2.34 | 2.85 | 3.6 | 4.8 | 18.69 | 24.92 | 119.7 | 159.56 |
| Всего за уплотненный полдник | 285 | 320 | 5.05 | 6.51 | 8.635 | 11.56 | 32.92 | 50.16 | 230.25 | 336.26 |
| Всего за день | 1229 | 1511 | 29.069 | 37.717 | 38.864 | 50.678 | 139.206 | 191.603 | 1007.231 | 1352.151 |