

Согласовано:

Председатель родительской общественности

Лялина Т.Е

Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 01.08.2023г.

| Меню на 01.08.2023г. ясли/сад | Выход на 1 реб. | | Б | | Ж | | У | | Ккал. | |
|-------------------------------------|--------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| Каша молочная «Дружба» | 150 | 200 | 4.67 | 5.23 | 5.79 | 7.8 | 14.07 | 18.76 | 150.75 | 191.74 |
| 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 |
| Всего за завтрак | 324 | 425 | 6.35 | 8.37 | 11.04 | 12.61 | 32.38 | 49.36 | 273.18 | 354.728 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | |
| Банан | 120 | 150 | 1.50 | 1.50 | 0.50 | 0.50 | 21.00 | 21.00 | 95.00 | 95.00 |
| Всего за 2 завтрак | 120 | 150 | 1.50 | 1.50 | 0.50 | 0.50 | 21.00 | 21.00 | 95.00 | 95.00 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Салат из тушеных овощей | 40 | 60 | 0.8 | 1.2 | 4.5 | 6.8 | 7.6 | 11.4 | 74.67 | 112 |
| Суп картофельный с рыбой | 150 | 200 | 1.62 | 1.8 | 2.142 | 2.38 | 8.90 | 9.88 | 112.48 | 124.98 |
| Макароны отварные с котлетой | 120/60 | 150/60 | 4.69/11.1 | 5.1/11.1 | 5.64/10.42 | 7.05/10.42 | 33.89/4.28 | 42.37/4.28 | 155.04/217.95 | 193.8/217.95 |
| Компот из с/ф | 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 | 8,86/8,37 | 13,3/8,37 | 37,8/42,88 | 56,7/42,88 |
| Всего за обед | 560 | 700 | 20.86 | 19.53 | 23.462 | 27.53 | 90.18 | 113.97 | 713.39 | 845.07 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| Омлет с сыром | 100/10 | 120/15 | 4.89 | 7.24 | 9.76 | 14.23 | 3.74 | 5.6 | 136.6 | 201 |
| Кондитерское изделие (печенье) | 15 | 30 | 1.15 | 2.1 | 3.975 | 5.7 | 9.69 | 20.7 | 77.85 | 144 |
| Кофейный напиток на молоке | 150 | 200 | 3.6 | 4.8 | 3.6 | 4.8 | 18.69 | 24.92 | 119.7 | 159.56 |
| Всего за уплотненный полдник | 275 | 365 | 9.64 | 14.14 | 13.36 | 24.73 | 22.43 | 51.24 | 256.3 | 504.56 |
| Всего за день | 1259 | 1620 | 38.35 | 43.54 | 52.337 | 65.37 | 175.68 | 235.57 | 1307.87 | 1799.58 |