

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Лялина Т.Е

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 06.02.2023г.

| Меню на 06.02.2023г. ясли/сад | Выход на 1 реб. | | Б | | Ж | | У | | Ккал. | |
|--|--------------------|--------------|----------------|---------------|---------------|--------------|-------------------|----------------|----------------|----------------|
| | Ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| Макароны с сыром | 150 | 180 | 8.25 | 9.9 | 6.7 | 8.9 | 40.6 | 48.6 | 262 | 315 |
| 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 | 3.07 | 4.45 | 5.16 | 6.2 | 69.06 | 82.88 | 99.36 | 119.24 |
| Всего за завтрак | 394 | 405 | 9.93 | 13.04 | 11.95 | 13.71 | 58.91 | 79.2 | 384.43 | 487.98 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | |
| Сок | 100 | 100 | 0,40 | 0,48 | 0,30 | 0,48 | 9,8 | 12,25 | 42,00 | 52,5 |
| Всего за 2 завтрак | 100 | 100 | 0.40 | 0.048 | 0.30 | 0.48 | 9.8 | 12.25 | 42.00 | 52.5 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Салат из консервированного огурца, зеленого горошка | 45 | 50 | 0.84 | 0.93 | 1.46 | 1.62 | 1.8 | 2.0 | 23.50 | 26.12 |
| Щи на к/б со сметаной | 150 | 200 | 7.5 | 8.32 | 17.8 | 19.8 | 63.9 | 71.01 | 104.7 | 174.52 |
| Бефстроганов из печени | 40 | 500 | 12.285 | 17.43 | 7.074 | 11.64 | 8.569 | 227.10 | 144.935 | 162.31 |
| Картофельное пюре | 120 | 150 | 2.112 | 3.39 | 3.783 | 4.69 | 15.912 | 27.66 | 102.176 | 168.69 |
| Компот из с//фруктов | 180 | 200 | 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 | 575 | 690 | 25.087 | 33.19 | 32.197 | 40.49 | 127.361 | 156.44 | 540.161 | 748.66 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| Суп молочный пшеничный | 150 | 180 | 5.26 | 7.01 | 6.07 | 8.09 | 21.29 | 28.39 | 159.75 | 196.53 |
| Булочка домашняя | 70 | 100 | 7.83 | 10.45 | 3.87 | 5.26 | 20.34 | 27.21 | 166.5 | 222 |
| Молоко | 150 | 180 | 9 | 12 | 2.3 | 3.1 | 10.5 | 14 | 39.8 | 53.6 |
| Всего за уплотненный полдник | 371 | 30480 | 18.33 | 2225.8 | 13.87 | 20.35 | 3053.89 | 84.09 | 377 | 545.88 |
| Всего за день | 12749 | 1585 | 272.675 | 358.82 | 52.792 | 65.75 | 224234.174 | 240.366 | 1241.99 | 1651.02 |