

Согласовано:

Председатель родительской общественности

Лялина Т.Е

Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 07.09.2023г.

| Меню на 07.09.2023г.<br>ясли/сад        | Выход<br>на 1 реб. |             | Б             |              | Ж             |              | У              |               | Ккал.          |                |
|---|--------------------|-------------|---------------|--------------|---------------|--------------|----------------|---------------|----------------|----------------|
|   | ясли               | сад         | ясли          | сад          | ясли          | сад          | ясли           | сад           | ясли           | сад            |
| <b>Завтрак</b>                          |                    |             |               |              |               |              |                |               |                |                |
| Каша молочная пшеничная                 | 150                | 200         | 4.87          | 6.5          | 6.075         | 8.01         | 24.075         | 3.21          | 167.25         | 225            |
| Батон с маслом                          | 20/4 /10           | 40/5 /15    | 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          |
| <b>Всего за завтрак</b>                 | <b>334</b>         | <b>440</b>  | <b>6.55</b>   | <b>9.64</b>  | <b>11.325</b> | <b>12.82</b> | <b>42.385</b>  | <b>33.81</b>  | <b>289.68</b>  | <b>395.98</b>  |
| <b>2 Завтрак</b>                        |                    |             |               |              |               |              |                |               |                |                |
| Снежок                                  | 100                | 120         | 0.40          | 0.40         | 0.30          | 0.30         | 11.00          | 11.00         | 46.00          | 46.00          |
| <b>Всего за 2 завтрак</b>               | <b>100</b>         | <b>120</b>  | <b>0.40</b>   | <b>0.40</b>  | <b>0.30</b>   | <b>0.30</b>  | <b>11.00</b>   | <b>11.00</b>  | <b>46.00</b>   | <b>46.00</b>   |
| <b>Обед</b>                             |                    |             |               |              |               |              |                |               |                |                |
| Яйцо вареное                            | 1                  | 1           | 5.08          | 5.08         | 4.6           | 4.6          | 0.28           | 0.28          | 63             | 63             |
| Суп вермишелевый на к/б                 | 180                | 200         | 2.01          | 2.69         | 2.13          | 2.84         | 12.86          | 17.14         | 78.56          | 104.75         |
| Капуста тушеная с мясом                 | 150                | 200         | 3.44          | 4.49         | 6.89          | 8.84         | 20.06          | 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    | 8,86/8,37      | 13,3/8,37     | 37,8/42,88     | 56,7/42,88     |
| <b>Всего за обед</b>                    | <b>551</b>         | <b>631</b>  | <b>13.16</b>  | <b>15.49</b> | <b>14.4</b>   | <b>17.18</b> | <b>60.83</b>   | <b>75.3</b>   | <b>419.32</b>  | <b>515.11</b>  |
| <b>Уплотненный полдник</b>              |                    |             |               |              |               |              |                |               |                |                |
| Винегрет                                | 100                | 150         | 2.51          | 3.62         | 4.74          | 6.64         | 33.74          | 32.11         | 144.7          | 207.3          |
| Сыр                                     | 30                 | 30          | 12.52         | 12.52        | 13.68         | 13.68        | 1.23           | 1.23          | 183.26         | 183.26         |
| Кофейный напиток на<br>молоке           | 150                | 180         | 3.6           | 4.8          | 3.6           | 4.8          | 18.69          | 24.92         | 119.7          | 159.56         |
| <b>Всего за уплотненный<br/>полдник</b> | <b>480</b>         | <b>620</b>  | <b>22.65</b>  | <b>29.6</b>  | <b>10.24</b>  | <b>13.55</b> | <b>62.75</b>   | <b>82.27</b>  | <b>433.93</b>  | <b>559.7</b>   |
| <b>Всего за день</b>                    | <b>1464</b>        | <b>1815</b> | <b>29.034</b> | <b>53.73</b> | <b>68.225</b> | <b>44.04</b> | <b>166.215</b> | <b>191.31</b> | <b>1203.77</b> | <b>1602.48</b> |