

Согласовано:

Председатель родительской общественности

\_\_\_\_\_ Лялина Т.Е

Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

\_\_\_\_\_ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 08.11.2023г.

Меню на 08.11.2023г. 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 «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
<b>Всего за завтрак</b>	<b>324</b>	<b>425</b>	<b>6.35</b>	<b>8.37</b>	<b>11.04</b>	<b>12.61</b>	<b>32.38</b>	<b>49.36</b>	<b>273.18</b>	<b>354.728</b>
<b>2 Завтрак</b>										
Банан	120	150	1.50	1.50	0.50	0.50	21.00	21.00	95.00	95.00
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>120</b>	<b>150</b>	<b>1.50</b>	<b>1.50</b>	<b>0.50</b>	<b>0.50</b>	<b>21.00</b>	<b>21.00</b>	<b>95.00</b>	<b>95.00</b>
<b>Обед</b>										
Салат из свежих помидор, огурцов	100	100	1.2	1.2	9.9	9.9	4.3	4.3	112	112
Суп картофельный с рыбой	150	200	1.62	1.8	2.142	2.38	8.90	9.88	112.48	124.98
Макаронны 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
<b>Всего за обед</b>	<b>560</b>	<b>700</b>	<b>20.86</b>	<b>19.53</b>	<b>23.462</b>	<b>27.53</b>	<b>90.18</b>	<b>113.97</b>	<b>713.39</b>	<b>845.07</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Омлет	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
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>275</b>	<b>365</b>	<b>9.64</b>	<b>14.14</b>	<b>13.36</b>	<b>24.73</b>	<b>22.43</b>	<b>51.24</b>	<b>256.3</b>	<b>504.56</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1259</b>	<b>1620</b>	<b>38.35</b>	<b>43.54</b>	<b>52.337</b>	<b>65.37</b>	<b>175.68</b>	<b>235.57</b>	<b>1307.87</b>	<b>1799.58</b>