

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

_____ Лялина Т.Е

_____ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 12.07.2023г..

| Меню на 12.07.2023г. ясли/сад | Выход на 1 реб. | | Б | | Ж | | У | | Ккал. | |
|---|--------------------|-------------|---------------|--------------|---------------|--------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| | Ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| Суп молочный вермишелевый | 150 | 200 | 4.95 | 6.58 | 6.75 | 9.0 | 26.12 | 27 | 149.07 | 198.76 |
| Батон с джемом | 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 | 6.63 | 9.72 | 12 | 13.81 | 44.43 | 57.6 | 271.5 | 371.74 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | |
| Сок | 150 | 180 | 0.40 | 0,40 | 0,30 | 0,30 | 11.0 | 11.00 | 46.00 | 46.00 |
| Всего за 2 завтрак | 150 | 180 | 0,40 | 0,48 | 0,30 | 0,48 | 9,8 | 12,25 | 42,00 | 52,5 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Огурец консервированный | 20 | 30 | | | | 0.78 | 1.17 | 3.2 | 4.8 | 5.19 |
| Суп со сборных овощей на кур/б | 150 | 200 | 1.41 | 1.99 | 3.93 | 5.34 | 11.74 | 15.35 | 84.7 | 118.2 |
| Рыбная котлета с овощами Картофельное пюре | 150 | 200 | 0.50 | 0.50 | 12.4 | 16.5 | 14.2 | 18.9 | 262.5 | 350 |
| Напиток из шиповника | 180 | 200 | 0.24 | 0.32 | 0.11 | 0.14 | 14.59 | 19.45 | 60 | 80 |
| 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 | 540 | 680 | 4.57 | 5.83 | 17.1 | 22.76 | 58.54 | 76.54 | 491.08 | 652.88 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| Морковь отварная с яблоком | 80 | 100 | 1.21 | 1.21 | 7.39 | 7.39 | 7.98 | 7.98 | 104.51 | 104.51 |
| Пирожок с капустой, яйцом | 100 | 100 | 5.9 | 5.9 | 7.6 | 7.6 | 35.2 | 35.2 | 243.3 | 243.3 |
| Молоко | 150 | 180 | 9 | 12 | 2.3 | 3.1 | 10.5 | 14 | 39.8 | 53.6 |
| Всего за уплотненный полдник | 330 | 380 | 16.11 | 19.11 | 17.29 | 25.36 | 53.68 | 57.18 | 473.3 | 502.64 |
| Всего за день | 1214 | 1705 | 34.455 | 32.44 | 34.715 | 53.31 | 142.998 | 188.827 | 1072.89 | 1447.89 |