

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Лялина Т.Е

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 13.07.2023г.

| Меню на 13.07.2023г. ясли/сад | Выход на 1 реб. | | Б | | Ж | | У | | Ккал. | |
|---|--------------------|-------------|---------------|--------------|---------------|--------------|----------------|---------------|----------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 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 |
| Всего за завтрак | 334 | 440 | 6.55 | 9.64 | 11.325 | 12.82 | 42.385 | 33.81 | 289.68 | 395.98 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | |
| Снежок | 100 | 120 | 0.40 | 0.40 | 0.30 | 0.30 | 11.00 | 11.00 | 46.00 | 46.00 |
| Всего за 2 завтрак | 100 | 120 | 0.40 | 0.40 | 0.30 | 0.30 | 11.00 | 11.00 | 46.00 | 46.00 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Яйцо вареное | 1 | 1 | 5.08 | 5.08 | 4.6 | 4.6 | 0.28 | 0.28 | 63 | 63 |
| Суп вермишелевый на кур/б | 180 | 200 | 2.01 | 2.69 | 2.13 | 2.84 | 12.86 | 17.14 | 78.56 | 104.75 |
| Капуста тушеная с курицей | 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 |
| Всего за обед | 551 | 631 | 13.16 | 15.49 | 14.4 | 17.18 | 60.83 | 75.3 | 419.32 | 515.11 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 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 молоке | 150 | 180 | 3.6 | 4.8 | 3.6 | 4.8 | 18.69 | 24.92 | 119.7 | 159.56 |
| Всего за уплотненный полдник | 480 | 620 | 22.65 | 29.6 | 10.24 | 13.55 | 62.75 | 82.27 | 433.93 | 559.7 |
| Всего за день | 1464 | 1815 | 29.034 | 53.73 | 68.225 | 44.04 | 166.215 | 191.31 | 1203.77 | 1602.48 |