

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Лялина Т.Е

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 31.03.2023г.

Меню на 31.03.2023г. 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 манная	150	200	4.65	6.2	6.037	8.05	23.31	31.09	166.51	222.02
Батон с маслом с сыром	20/4	40/5	1,58	3,02	5,24	4,79	9,81	20,40	93,87	138,7
Какао с молоком	150	180	3.07	4.45	5.16	6.2	69.06	82.88	99.36	119.24
<b>Всего за завтрак</b>	<b>333</b>	<b>435</b>	<b>12.1</b>	<b>17.12</b>	<b>18.897</b>	<b>25.63</b>	<b>101.61</b>	<b>127.63</b>	<b>391.47</b>	<b>526.96</b>
<b>2 Завтрак</b>										
Яблоко	100	100	0,40	0,48	0,30	0,48	9,8	12,25	42,00	52,5
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0.40</b>	<b>0.048</b>	<b>0.30</b>	<b>0.48</b>	<b>9.8</b>	<b>12.25</b>	<b>42.00</b>	<b>52.5</b>
<b>Обед</b>										
Огурец свежий	50	50	0.35	0.35	0.05	0.05	1.85	1.85	6.85	6.85
Свекольник на кур.б-не со сметаной	150	200	1.98	2.21	2.196	2.44	14.69	16.1	172.94	192.15
Гороховое пюре	120	150	10.73	13.41	5.39	6.74	27.57	34.46	200.76	250.95
Котлета куриная	60	60	11.1	11.1	10.42	10.42	4.28	4.28	217.95	217.95
Сок фруктовый	150	180	0.55	0.60	9.8	12.35	9.8	12.35	46.0	52.5
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>540</b>	<b>670</b>	<b>26.78</b>	<b>30.34</b>	<b>28.466</b>	<b>32.73</b>	<b>74.35</b>	<b>90.03</b>	<b>721.53</b>	<b>817.93</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Творожно-рисовая запеканка с яблоком с молочным соусом	110/15	150/20	10.4	13.6	7.08	9.26	7.58	9.92	180.6	236.17
Чай с молоком	150	180	2.65	2.67	2.33	2.34	11.31	14.31	77	89
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>275</b>	<b>350</b>	<b>13.05</b>	<b>16.27</b>	<b>9.41</b>	<b>11.6</b>	<b>18.89</b>	<b>24.23</b>	<b>257.6</b>	<b>325.17</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1248</b>	<b>1555</b>	<b>52.33</b>	<b>64.21</b>	<b>57.073</b>	<b>70.44</b>	<b>204.65</b>	<b>254.14</b>	<b>1412.60</b>	<b>1722.56</b>