

Согласовано:

Председатель родительской общественности

_____ Старкова Е.В.

Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

_____ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 03.10.2024

Меню на 03.10.2024г. 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	223
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
Всего за завтрак	324	425	6.55	9.64	11.325	12.82	42.385	33.81	289.68	395.98
2 Завтрак										
Снежок	100	100	0.40	0.40	0.30	0.30	11.00	11.00	46.00	46.00
Всего за 2 завтрак	100	100	0.40	0.40	0.30	0.30	11.00	11.00	46.00	46.00
Обед										
Помидора свежая	60	60	0.42	0.42	0.06	0.06	1.14	1.14	6.78	6.78
Суп вермишелевый на к/б	180	200	2.01	2.69	2.13	2.84	12.86	17.14	78.56	104.75
уста 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
Всего за обед	630	740	8.5	10.83	8.86	12.64	61.69	76.16	363.1	458.89
Уплотненный полдник										
Винегрет	100	150	2.51	3.62	4.74	6.64	33.74	32.11	144.7	207.3
Кондитерское изделие (печенье)	35	40	1.15	2.1	3.975	5.7	9.69	20.7	77.85	144
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	285	340	7.26	10.52	12.315	17.14	62.12	77.73	342.25	510.86
Всего за день	1339	1590	22.71	31.39	33.8	42.9	177.195	198.7	1041.03	1411.73

