

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

\_\_\_\_\_ Лялина Т.Е.

\_\_\_\_\_ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 15.01.2024г.

Меню на 15.01.2024г. 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 рисовая	150	200	5.92	6.69	9.65	10.94	93.63	48.25	315.25	359.50
Батон с маслом	20/4	25/5	1,58	3,02	4.79	5.24	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>410</b>	<b>7.6</b>	<b>9.83</b>	<b>14.45</b>	<b>16.2</b>	<b>61.94</b>	<b>78.85</b>	<b>437.68</b>	<b>532.48</b>
<b>2 Завтрак</b>										
Сок	100	100					9,8	12,25	4500	52,5
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>					<b>9,8</b>	<b>12,25</b>	<b>45,00</b>	<b>52,5</b>
<b>Обед</b>										
Салат из консервированных огурцов с зеленым горошком и луком	45	50	0.84	0.93	1.46	1.62	1.8	2.0	23.50	26.12
Борщ на к/б со сметаной	200	250	7.5	8.32	17.8	19.8	63.9	71.01	104.7	174.52
Бефстроганов из печени	50	60	12.285	17.43	7.074	11.64	8.569	227.10	144.935	162.31
Картофельное пюре	135	176	2.66	3.06	2.16	2.80	20.71	28.52	118.95	137.25
Компот из с//фруктов	180	200	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	8,37/8,86	8,37/13,3	37,8/42,88	42,8/856,7
<b>Всего за обед</b>	<b>620</b>	<b>886</b>	<b>25.935</b>	<b>33.07</b>	<b>29.254</b>	<b>36.74</b>	<b>130.489</b>	<b>154.67</b>	<b>545.335</b>	<b>696.54</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Суп молочный ячневый	150	180	5.26	7.01	6.07	8.09	21.29	28.39	159.75	196.53
Булочка домашняя	70	75	4.07	6.79	5.5	9.16	25.02	41.7	177.45	295.75
Молоко	150	180	4.58	5.48	4.08	4.88	7.58	9.07	85	102
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>370</b>	<b>455</b>	<b>13.91</b>	<b>19.28</b>	<b>15.65</b>	<b>22.139</b>	<b>53.89</b>	<b>79.16</b>	<b>422.2</b>	<b>594.28</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1414</b>	<b>1866</b>	<b>47.445</b>	<b>62.18</b>	<b>59.354</b>	<b>75.079</b>	<b>256.119</b>	<b>324.93</b>	<b>1450.215</b>	<b>1875.80</b>