

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

\_\_\_\_\_ Старкова Е.В.

\_\_\_\_\_ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 17.10.2024

| Меню на 17.10.2024г.<br>ясли/сад        | Выход<br>на 1 реб. |             | Б            |              | Ж             |              | У              |              | Ккал.          |                |
|---|--------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------|----------------|--------------|----------------|----------------|
|   | ясли               | Сад         | ясли         | сад          | ясли          | сад          | ясли           | сад          | ясли           | сад            |
| <b>Завтрак</b>                          |                    |             |              |              |               |              |                |              |                |                |
| 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          |
| <b>Всего за завтрак</b>                 | <b>324</b>         | <b>425</b>  | <b>6.55</b>  | <b>9.64</b>  | <b>11.325</b> | <b>12.82</b> | <b>42.385</b>  | <b>33.81</b> | <b>289.68</b>  | <b>395.98</b>  |
| <b>2 Завтрак</b>                        |                    |             |              |              |               |              |                |              |                |                |
| Снежок                                  | 100                | 100         | 0.40         | 0.40         | 0.30          | 0.30         | 11.00          | 11.00        | 46.00          | 46.00          |
| <b>Всего за 2 завтрак</b>               | <b>100</b>         | <b>100</b>  | <b>0.40</b>  | <b>0.40</b>  | <b>0.30</b>   | <b>0.30</b>  | <b>11.00</b>   | <b>11.00</b> | <b>46.00</b>   | <b>46.00</b>   |
| <b>Обед</b>                             |                    |             |              |              |               |              |                |              |                |                |
| 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     |
| <b>Всего за обед</b>                    | <b>630</b>         | <b>740</b>  | <b>8.5</b>   | <b>10.83</b> | <b>8.86</b>   | <b>12.64</b> | <b>61.69</b>   | <b>76.16</b> | <b>363.1</b>   | <b>458.89</b>  |
| <b>Уплотненный полдник</b>              |                    |             |              |              |               |              |                |              |                |                |
| Винегрет                                | 100                | 150         | 2.51         | 3.62         | 4.74          | 6.64         | 33.74          | 32.11        | 144.7          | 207.3          |
| Кондитерское изделие<br>(печенье)       | 35                 | 40          | 1.15         | 2.1          | 3.975         | 5.7          | 9.69           | 20.7         | 77.85          | 144            |
| Кофейный напиток на<br>молоке           | 150                | 180         | 3.6          | 4.8          | 3.6           | 4.8          | 18.69          | 24.92        | 119.7          | 159.56         |
| <b>Всего за уплотненный<br/>полдник</b> | <b>285</b>         | <b>340</b>  | <b>7.26</b>  | <b>10.52</b> | <b>12.315</b> | <b>17.14</b> | <b>62.12</b>   | <b>77.73</b> | <b>342.25</b>  | <b>510.86</b>  |
| <b>Всего за день</b>                    | <b>1339</b>        | <b>1590</b> | <b>22.71</b> | <b>31.39</b> | <b>33.8</b>   | <b>42.9</b>  | <b>177.195</b> | <b>198.7</b> | <b>1041.03</b> | <b>1411.73</b> |

