

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

_____ Лялина Т.Е

_____ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 21.10.2024г..

Меню на 21.10.2024г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	Ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Каша молочная 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
Всего за завтрак	324	410	7.6	9.83	14.45	16.2	61.94	78.85	437.68	532.48
2 Завтрак										
Сок	100	100					9,8	12,25	4500	52,5
Всего за 2 завтрак	100	100					9,8	12,25	45,00	52,5
Обед										
Салат из свежей капусты	50	60	1.85	2	4.56	5	7.14	8	67.82	77.07
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
Всего за обед	625	776	26.945	34.14	2932.354	40.36	135.829	160.67	589.655	677.49
Уплотненный полдник										
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
Всего за уплотненный полдник	370	455	13.91	19.28	15.65	22.139	53.89	79.16	422.2	594.28
Всего за день	1419	1761	48.455	63.25	62.454	78.699	261.459	330.93	1494.535	1856.75