

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

\_\_\_\_\_ Старкова Е.В.

\_\_\_\_\_ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 21.11.2024

Меню на 21.11.2024г. 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 геркулесовая	150	200	4.747	6.663	6.675	10.99	19.11	22.64	155.53	202.4
Батон с маслом, с сыром	20/4/8	25/5/10	4.38	6.47	7.7	11.38	9,24	13.66	125.6	185.7
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>332</b>	<b>420</b>	<b>9.227</b>	<b>13.253</b>	<b>14.385</b>	<b>22.39</b>	<b>37.42</b>	<b>53.24</b>	<b>309.69</b>	<b>422.38</b>
<b>2 Завтрак</b>										
Ряженка	80	100	4.35	5.22	3.75	4.50	6.30	7.56	76	92
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>80</b>	<b>100</b>	<b>4.35</b>	<b>5.22</b>	<b>3.75</b>	<b>4.50</b>	<b>6.30</b>	<b>7.56</b>	<b>76</b>	<b>92</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 с клецками на к/б со сметаной	200	250	2.092	3.384	2.354	4.478	14.056	22.483	82.261	138.151
Овощное рагу 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>600</b>	<b>740</b>	<b>8.582</b>	<b>11.524</b>	<b>10.014</b>	<b>14.278</b>	<b>63.426</b>	<b>81.503</b>	<b>366.801</b>	<b>492.291</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Салат «Здоровье»	100	100	1.56	1.56	1.06	1.06	4.54	4.54	32.7	32.7
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
<b>Всего за уплотненный полдник</b>	<b>285</b>	<b>320</b>	<b>5.05</b>	<b>6.51</b>	<b>8.635</b>	<b>11.56</b>	<b>32.92</b>	<b>50.16</b>	<b>230.25</b>	<b>336.26</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1297</b>	<b>1580</b>	<b>27.209</b>	<b>36.507</b>	<b>36.784</b>	<b>89.512</b>	<b>140.066</b>	<b>192.463</b>	<b>982.741</b>	<b>1342.85</b>