

Согласовано:

Председатель родительской общественности

_____ Лялина Т.Е

Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

_____ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 24.01.2024г.

| Меню на 24.01.2024. ясли/сад | Выход на 1 реб. | | Б | | Ж | | У | | Ккал. | |
|---|--------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| | Ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| Суп молочный вермишелевый | 150 | 200 | 4.95 | 6.58 | 6.75 | 9.0 | 26.12 | 27 | 149.07 | 198.76 |
| Батон с джемом | 20/10 | 25/12 | 2.31 | 3.06 | 0.87 | 1.16 | 25.82 | 30.96 | 120.37 | 146.54 |
| 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 | 330 | 417 | 7.36 | 9.76 | 7.63 | 10.18 | 60.44 | 68.16 | 298 | 379.58 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | |
| Сок | 100 | 120 | | | | | 9.8 | 12.25 | 45.00 | 52.50 |
| Всего за 2 завтрак | 100 | 120 | | | | | 9,8 | 12,25 | 45,00 | 52,50 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Огурец консервированный | 20 | 30 | | | | | 0.78 | 1.17 | 3.2 | 4.8 |
| Суп со сборных овощей на к/б со сметаной | 200 | 250 | 1.41 | 1.99 | 3.93 | 5.34 | 11.74 | 15.35 | 84.7 | 118.2 |
| Рыбная котлета в сметанном соусе | 80 | 100 | 0.50 | 0.50 | 12.4 | 16.5 | 14.2 | 18.9 | 262.5 | 350 |
| Картофельное пюре | 135 | 176 | 2.66 | 3.06 | 2.16 | 2.80 | 20.71 | 28.52 | 118.95 | 137.25 |
| Напиток из шиповника | 180 | 200 | 0.24 | 0.32 | 0.11 | 0.14 | 14.59 | 19.45 | 60 | 80 |
| 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 | 42.88/56,7 |
| Всего за обед | 655 | 796 | 7.23 | 8.89 | 19.26 | 25.56 | 79.25 | 105.06 | 610.03 | 789.83 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| Морковь с сахаром, с яблоком | 100 | 100 | 1.08 | 108 | 0.18 | 0.18 | 8.62 | 8.62 | 40.40 | 40.40 |
| Пирожок с капустой, яйцом | 135 | 140 | 13.9 | 14.4 | 10.3 | 10.7 | 47.40 | 49.2 | 336.3 | 348.8 |
| Молоко | 150 | 180 | 4.58 | 5.48 | 4.08 | 4.88 | 7.58 | 9.07 | 85 | 102 |
| Всего за уплотненный полдник | 385 | 420 | 19.55 | 20.96 | 14.56 | 15.76 | 63.6 | 66.89 | 461.7 | 491.2 |
| Всего за день | 1470 | 1753 | 34.14 | 39.61 | 41.45 | 51.50 | 215.09 | 252.36 | 1414.73 | 1713.03 |