

Согласовано:

Председатель родительской общественности

Лялина Т.Е

Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 26.06.2024г.

| Меню на 26.06.2024. 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 | | | | | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов и помидор | 50 | 60 | 0.395 | 0.474 | 0.535 | 0.642 | 0.69 | 0.828 | 8.965 | 410.758 |
| Суп «Метелица» со сметаной | 200 | 250 | 7.03 | 9.37 | 8.49 | 11.32 | 49.91 | 66.54 | 156.05 | 208.07 |
| 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 | 685 | 826 | 40.155 | 16.744 | 24.355 | 32.182 | 117.33 | 142.88 | 686.803 | 885.658 |
| 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 картошкой | 100 | 100 | 5.03 | 5.03 | 20.13 | 20.13 | 43.18 | 43.18 | 371.36 | 371.36 |
| Молоко | 150 | 180 | 4.58 | 5.48 | 4.08 | 4.88 | 7.58 | 9.07 | 85 | 102 |
| Всего за уплотненный полдник | 350 | 380 | 10.69 | 11.59 | 24.39 | 25.19 | 59.38 | 60.87 | 496.76 | 513.76 |
| Всего за день | 1465 | 1743 | 58.195 | 38.094 | 56.375 | 67.552 | 248.95 | 305.325 | 1526.905 | 1831.418 |

