

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

_____ Лялина Т.Е

_____ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 29.01.2024г..

Меню на 29.01.2024г. 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 консервированных огурцов с зеленым горошком и луком	45	50	0.84	0.93	1.46	1.62	1.8	2.0	23.50	26.12
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	620	886	25.935	33.07	29.254	36.74	130.489	154.67	545.335	696.54
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	1414	1866	47.445	62.18	59.354	75.079	256.119	324.93	1450.215	1875.80