

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

Лялина Т.Е

Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 29.03.2024г.

Меню на 29.03.2024г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	Ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Каша молочная манная	150	200	5.92	6.69	9.65	10.94	43.63	48.25	315.25	359.50
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
Какао с молоком	150	180	3.07	4.45	5.16	6.2	69.06	82.88	99.36	119.24
Всего за завтрак	332	420	13.37	17.61	22.51	28.52	121.93	144.79	540.21	664.44
2 Завтрак										
Яблоко	100	110	1.07	1.13	1.07	1.13	26.21	27.72	125.69	132.94
Всего за 2 завтрак	100	110	1.07	1.13	1.07	1.13	26.21	27.72	125.69	132.94
Обед										
Икра кабачковая	40	50	0.379	0.474	2.784	3.48	2.47	3.088	35.822	44.778
Свекольник на кур.б-не	200	250	1.98	2.21	2.196	2.44	14.69	16.1	192.15	192.15
Плов с мясом	150	200	14.5	17.8	13.86	18.48	25.09	33.16	285	380
Сок фруктовый	150	180					9.8	12.25	45.00	52.5
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	530	670	19.279	23.504	19.5	25.18	69.28	86.268	619.442	769.008
Уплотненный полдник										
Творожно- рисовая запеканка со сгущенкой	110/15	150/20	10.4	13.6	7.08	9.26	7.58	9.92	180.6	236.17
Чай с молоком	150	180	2.65	2.67	2.33	2.34	11.31	14.31	77	89
Фрукт(яблоко)	100	110	1.07	1.13	1.07	1.13	26.21	27.72	125.69	132.94
Всего за уплотненный полдник	375	460	14.12	17.4	10.48	12.73	45.1	51.95	383.29	458.11
Всего за день	1337	1660	47.839	59.644	53.56	67.56	262.52	310.728	1668.632	2024.498