

Согласовано:

Председатель родительской общественности

\_\_\_\_\_ Старкова Е.В.

Утверждаю:

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

\_\_\_\_\_ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 31.10.2024

Меню на 31.10.2024г. 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 пшеничная	150	200	4.87	6.5	6.075	8.01	24.075	3.21	167.25	223
Батон с маслом	20/4	40/5	1,58	3,02	5,24	4,79	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
<b>Всего за завтрак</b>	<b>324</b>	<b>425</b>	<b>6.55</b>	<b>9.64</b>	<b>11.325</b>	<b>12.82</b>	<b>42.385</b>	<b>33.81</b>	<b>289.68</b>	<b>395.98</b>
<b>2 Завтрак</b>										
Снежок	100	100	0.40	0.40	0.30	0.30	11.00	11.00	46.00	46.00
<b>Всего за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0.40</b>	<b>0.40</b>	<b>0.30</b>	<b>0.30</b>	<b>11.00</b>	<b>11.00</b>	<b>46.00</b>	<b>46.00</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 вермишелевый на к/б	180	200	2.01	2.69	2.13	2.84	12.86	17.14	78.56	104.75
уста тушеная 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>630</b>	<b>740</b>	<b>8.5</b>	<b>10.83</b>	<b>8.86</b>	<b>12.64</b>	<b>61.69</b>	<b>76.16</b>	<b>363.1</b>	<b>458.89</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Винегрет	100	150	2.51	3.62	4.74	6.64	33.74	32.11	144.7	207.3
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>340</b>	<b>7.26</b>	<b>10.52</b>	<b>12.315</b>	<b>17.14</b>	<b>62.12</b>	<b>77.73</b>	<b>342.25</b>	<b>510.86</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1339</b>	<b>1590</b>	<b>22.71</b>	<b>31.39</b>	<b>33.8</b>	<b>42.9</b>	<b>177.195</b>	<b>198.7</b>	<b>1041.03</b>	<b>1411.73</b>

