

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

_____ Старкова Е.В.

_____ 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 |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 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 |
| Всего за завтрак | 324 | 425 | 6.55 | 9.64 | 11.325 | 12.82 | 42.385 | 33.81 | 289.68 | 395.98 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | |
| Снежок | 100 | 100 | 0.40 | 0.40 | 0.30 | 0.30 | 11.00 | 11.00 | 46.00 | 46.00 |
| Всего за 2 завтрак | 100 | 100 | 0.40 | 0.40 | 0.30 | 0.30 | 11.00 | 11.00 | 46.00 | 46.00 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 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 |
| Всего за обед | 630 | 740 | 8.5 | 10.83 | 8.86 | 12.64 | 61.69 | 76.16 | 363.1 | 458.89 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | |
| 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 |
| Всего за уплотненный полдник | 285 | 340 | 7.26 | 10.52 | 12.315 | 17.14 | 62.12 | 77.73 | 342.25 | 510.86 |
| Всего за день | 1339 | 1590 | 22.71 | 31.39 | 33.8 | 42.9 | 177.195 | 198.7 | 1041.03 | 1411.73 |

