

Согласовано:

Утверждаю:

Председатель родительской общественности

Старший воспитатель СПДС «Чайка»

\_\_\_\_\_ Лялина Т.Е

\_\_\_\_\_ Е.В.Галкина

ГБОУ ООШ №2 СПДС «Чайка»

Меню на 9.09.2024г..

| Меню на 9.09.2024г.<br>ясли/сад     | Выход<br>на 1 реб. |             | Б             |              | Ж               |               | У              |               | Ккал.           |                |
|-------------------------------------|--------------------|-------------|---------------|--------------|-----------------|---------------|----------------|---------------|-----------------|----------------|
|                                     | Ясли               | сад         | ясли          | сад          | ясли            | сад           | ясли           | сад           | ясли            | сад            |
| <b>Завтрак</b>                      |                    |             |               |              |                 |               |                |               |                 |                |
| 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          |
| <b>Всего за завтрак</b>             | <b>324</b>         | <b>410</b>  | <b>7.6</b>    | <b>9.83</b>  | <b>14.45</b>    | <b>16.2</b>   | <b>61.94</b>   | <b>78.85</b>  | <b>437.68</b>   | <b>532.48</b>  |
| <b>2 Завтрак</b>                    |                    |             |               |              |                 |               |                |               |                 |                |
| Сок                                 | 100                | 100         |               |              |                 |               | 9,8            | 12,25         | 4500            | 52,5           |
| <b>Всего за 2 завтрак</b>           | <b>100</b>         | <b>100</b>  |               |              |                 |               | <b>9,8</b>     | <b>12,25</b>  | <b>45,00</b>    | <b>52,5</b>    |
| <b>Обед</b>                         |                    |             |               |              |                 |               |                |               |                 |                |
| Салат из свежей капусты             | 50                 | 60          | 1.85          | 2            | 4.56            | 5             | 7.14           | 8             | 67.82           | 77.07          |
| 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     |
| <b>Всего за обед</b>                | <b>625</b>         | <b>776</b>  | <b>26.945</b> | <b>34.14</b> | <b>2932.354</b> | <b>40.36</b>  | <b>135.829</b> | <b>160.67</b> | <b>589.655</b>  | <b>677.49</b>  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          |                    |             |               |              |                 |               |                |               |                 |                |
| 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            |
| <b>Всего за уплотненный полдник</b> | <b>370</b>         | <b>455</b>  | <b>13.91</b>  | <b>19.28</b> | <b>15.65</b>    | <b>22.139</b> | <b>53.89</b>   | <b>79.16</b>  | <b>422.2</b>    | <b>594.28</b>  |
| <b>Всего за день</b>                | <b>1419</b>        | <b>1761</b> | <b>48.455</b> | <b>63.25</b> | <b>62.454</b>   | <b>78.699</b> | <b>261.459</b> | <b>330.93</b> | <b>1494.535</b> | <b>1856.75</b> |