



Утверждаю:

Директор ГБОУ ООШ №2

Е.В.Телегина

Меню на 10.01.2025г.

СПДС «Чайка» ГБОУ ООШ №2

Согласовано

Старший воспитатель СПДС «Чайка»:

Е.В.Талкина

Председатель родительской общности

Старкова Е.В.

Меню на 10.01.2025г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Макаронь с сыром	100/12	110/15	8.25	9.9	6.7	8.9	40.6	48.6	262	315
Батон с маслом	20/3	25/4	1.58	3.02	5.24	4.79	9.81	20.40	93.87	138.7
Какао с молоком	150	180	3.07	4.45	5.16	6.2	69.06	82.88	99.36	119.24
Всего за завтрак	313	334	12.9	17.37	19.94	19.89	85.88	151.88	541.36	572.94
2 Завтрак										
Фрукт (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										
Огузел свежий	60	60	0.42	0.42	0.06	0.06	1.14	1.14	6.78	6.78
Суп гороховый на курице	200	250	1.98	2.21	2.196	2.44	14.49	16.1	172.94	192.15
Картофель тушеный с курицей	150	200	6.79	7.99	9.2	10.83	7.27	8.55	139.15	163.7
Кисель	150	180	0.24	0.32	0.11	0.14	14.59	19.45	60	80
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	680	730	11.79	14.04	14.206	17.25	54.61	67.19	477.02	570.96
Уплотненный полдник										
Каша молочная манная	150	180	4.65	6.21	5.60	7.47	18.82	25.09	138.86	185.15
Чай с молоком	150	180	3.34	3.63	3.41	3.73	13.16	13.63	107.316	119.24
Фрукт (яблоко)	100	110	1.07	1.13	1.07	1.13	26.21	27.72	125.69	132.94
Всего за уплотненный полдник	400	470	9.06	10.97	10.08	12.33	58.19	66.44	371.866	437.33
Всего за день	1465	1644	34.82	43.51	42.456	50.6	258.48	313.23	1515.936	1714.17