

Утверждаю:

Директор ГБОУ ООШ №2  
\_\_\_\_\_ Е.В.Телегина

Согласовано

Старший воспитатель СПДС «Чайка»:  
\_\_\_\_\_ Е.В.Галкина

Председатель родительской общности  
\_\_\_\_\_ Лоренс В.А.

Меню на 10.12.2025г.

СПДС «Чайка» ГБОУ ООШ №2

| Меню на 10.12.2025г.<br>Ясли/сад              | Выход<br>на 1 реб. |             | Б            |              | Ж            |               | У             |                | Ккал.         |                | №<br>технологической<br>карты |
|-----------------------------------------------|--------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|---------------|----------------|-------------------------------|
|                                               | ясли               | Сад         | ясли         | сад          | ясли         | сад           | ясли          | сад            | ясли          | сад            |                               |
| <b>Завтрак</b>                                |                    |             |              |              |              |               |               |                |               |                |                               |
| Суп молочный гречневый                        | 150                | 200         | 4.24         | 5.48         | 4.57         | 5.9           | 12.74         | 17.82          | 109.09        | 141.06         | 7                             |
| Батон с джемом                                | 20/10              | 25/12       | 2.31         | 3.06         | 0.87         | 1.16          | 25.82         | 30.96          | 120.37        | 146.54         | 52                            |
| Чай сладкий с лимоном                         | 150                | 180         | 0.07         | 0.12         | 0.01         | 0.02          | 7.10          | 10.2           | 29            | 41             | 60                            |
| <b>Всего за завтрак</b>                       | <b>330</b>         | <b>417</b>  | <b>6.62</b>  | <b>8.66</b>  | <b>5.45</b>  | <b>7.08</b>   | <b>45.66</b>  | <b>58.98</b>   | <b>258.46</b> | <b>328.6</b>   |                               |
| <b>2 Завтрак</b>                              |                    |             |              |              |              |               |               |                |               |                |                               |
| Сок фруктовый                                 | 100                | 100         | 0,5          | 0,5          | 0,00         | 0,00          | 10.1          | 10.1           | 42,22         | 42.22          | 49                            |
| <b>Всего за 2 завтрак</b>                     | <b>100</b>         | <b>100</b>  | <b>0,5</b>   | <b>0,5</b>   | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>   | <b>10.1</b>   | <b>10.1</b>    | <b>42,22</b>  | <b>42.22</b>   |                               |
| <b>Обед</b>                                   |                    |             |              |              |              |               |               |                |               |                |                               |
| Огурец консервированный                       | 20                 | 30          | 0.16         | 0.24         | 0.02         | 0.03          | 0.50          | 0.75           | 2.8           | 4.2            | 42                            |
| Рассольник на кур/б-не<br>со сметаной         | 150                | 200         | 3.9          | 5.14         | 4.4          | 5.8           | 11.8          | 15.9           | 106.6         | 136.3          | 19                            |
| Биточек рыбный с овощами в<br>сметанном соусе | 70                 | 80          | 9.3          | 12.3         | 3.1          | 5.2           | 1.6           | 2.1            | 73.3          | 105.1          | 31                            |
| Картофельное пюре                             | 110                | 130         | 2.3          | 2.7          | 4.8          | 5.7           | 12.0          | 14.2           | 101.2         | 119.6          | 29                            |
| Напиток из шиповника                          | 150                | 180         | 0,23         | 0,31         | 0,1          | 0,1           | 18,28         | 24,37          | 72,57         | 96,76          | 56                            |
| Хлеб ржаной/пшеничный                         | 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>540</b>         | <b>670</b>  | <b>18.21</b> | <b>23.71</b> | <b>13.08</b> | <b>17.61</b>  | <b>61.41</b>  | <b>78.99</b>   | <b>437.15</b> | <b>561.54</b>  |                               |
| Уплотненный полдник                           |                    |             |              |              |              |               |               |                |               |                |                               |
| Каша молочная пшенная                         | 150                | 200         | 5.07         | 6.76         | 7.8          | 10.4          | 19.4          | 25.87          | 168.7         | 224.9          | 3/3а                          |
| Кисель                                        | 150                | 180         | 0.24         | 0.32         | 0.11         | 0.014         | 14.59         | 19.45          | 60.80         | 80             | 58                            |
| <b>ВСЕГО ЗА ПОЛДНИК</b>                       | <b>300</b>         | <b>380</b>  | <b>5.31</b>  | <b>7.08</b>  | <b>7.91</b>  | <b>10.414</b> | <b>33.99</b>  | <b>45.32</b>   | <b>229.50</b> | <b>304.9</b>   |                               |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>                          | <b>1270</b>        | <b>1567</b> | <b>30.64</b> | <b>39.95</b> | <b>26.44</b> | <b>35.104</b> | <b>150.26</b> | <b>1936.39</b> | <b>967.33</b> | <b>1237.26</b> |                               |