

Утверждаю:

Директор ГБОУ ООШ №2
_____ Е.В.Телегина

Согласовано

Старший воспитатель СПДС «Чайка»:
_____ Е.В.Галкина

Председатель родительской общественности
_____ Лоренс В.А.

СПДС «Чайка» ГБОУ ООШ №2

Меню на 22.10.2022г.

Меню на 22.10..2025	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Суп молочный вермишелевый	150	200	4.95	6.58	6.75	9.0	27	26.12	140.28	187.04	9/9а
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
Всего за завтрак	330	417	7.33	9.76	7.63	10.18	59.92	67.28	289.75	374.58	
2 Завтрак											
Сок фруктовый	100	100	0,5	0,5	0,00	0,00	10.1	10.1	42,22	42.22	49
Всего за 2 завтрак	100	100	0,5	0,5	0,00	0,00	10.1	10.1	42,22	42.22	
Обед											
Огурец консервированный	20	30	0.16	0.24	0.02	0.03	0.50	0.75	2.8	4.2	42
Суп «Метелица» на кур/б-не со сметаной	150	200	4.8	6.2	4.1	5.4	12.2	16.9	105.7	142.3	18
Рыбная котлета в 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 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	540	670	19.21	24.77	12.78	17.21	61.81	79.99	436.25	567.54	
Уплотненный полдник											
Пирожок с картошкой	70	70	3.10	3.10	1.60	1.60	21.10	21.10	110.70	110.70	46
Молоко	150	180	4.58	6.165	4.08	5.490	7.58	10.203	85	114.75	55
Всего за полдник	220	250	7.68	9.265	5.68	7.09	28.68	31.303	195.7	225.45	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1190	1437	34.72	44.295	26.09	34.48	160.51	188.673	963.92	1209.79	