

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

Согласовано  
 Старший воспитатель СПДС «Чайка»:  
 \_\_\_\_\_ Е.В.Галкина  
 Председатель родительской общности  
 \_\_\_\_\_ Лоренс В.А.

Меню на 30.09.2025г..  
 СПДС «Чайка» ГБОУ ООШ №2

| Меню на 30.09.2025<br>ясли/сад    | Выход<br>на 1 реб. |             | Б            |              | Ж            |              | У              |               | Ккал.          |                | №<br>технологичес<br>кой карты |
|-----------------------------------|--------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------|---------------|----------------|----------------|--------------------------------|
|                                   | ясли               | Сад         | ясли         | сад          | ясли         | сад          | ясли           | сад           | ясли           | сад            |                                |
| <b>Завтрак</b>                    |                    |             |              |              |              |              |                |               |                |                |                                |
| Каша молочная «Дружба»            | 150                | 200         | 4.66         | 6.21         | 5.80         | 7.73         | 20.7<br>9      | 27.71         | 150.75         | 201            | 2                              |
| Батон с маслом                    | 20/3               | 25/4        | 1.5          | 1.9          | 2.9          | 3.6          | 9.75           | 12.18         | 72             | 90             | 50                             |
| 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>323</b>         | <b>409</b>  | <b>6.23</b>  | <b>8.23</b>  | <b>8.71</b>  | <b>11.35</b> | <b>37.64</b>   | <b>50.09</b>  | <b>251.75</b>  | <b>332</b>     |                                |
| <b>2 Завтрак</b>                  |                    |             |              |              |              |              |                |               |                |                |                                |
| Банан                             | 100                | 100         | 0.9          | 0.9          | 0.30         | 0.30         | 4.80           | 4.80          | 57.00          | 57.00          | 53                             |
| <b>Всего за 2 завтрак</b>         | <b>100</b>         | <b>100</b>  | <b>0.9</b>   | <b>0.9</b>   | <b>0.30</b>  | <b>0.30</b>  | <b>4.80</b>    | <b>4.80</b>   | <b>57.00</b>   | <b>57.00</b>   |                                |
| <b>Обед</b>                       |                    |             |              |              |              |              |                |               |                |                |                                |
| Салат из тушеных овощей           | 40                 | 50          | 0.8          | 1.2          | 4.5          | 6.8          | 7.6            | 11.4          | 74.67          | 112            | 38                             |
| Суп картофельный с рыбой          | 180                | 250         | 18.48        | 24.64        | 1.99         | 2.66         | 9.9            | 13.19         | 145.6          | 194.1          | 17/17a                         |
| Макароны отварные                 | 100                | 125         | 3.66         | 4.8          | 3.53         | 4.5          | 20.85          | 29            | 125.3          | 168.2          | 30                             |
| Котлета куриная, соус<br>томатный | 79.39              | 95/41       | 12.42        | 14.1         | 11.19        | 12.71        | 12.59          | 14.31         | 201.15         | 214.67         | 26                             |
| Компот из с/ф                     | 150                | 180         | 0.33         | 0.40         | 0.02         | 0.02         | 20.83          | 24.99         | 84.75          | 101.70         | 57                             |
| 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     |                                |
| <b>Всего за обед</b>              | <b>628</b>         | <b>791</b>  | <b>38.11</b> | <b>48.16</b> | <b>21.89</b> | <b>27.47</b> | <b>89</b>      | <b>384.56</b> | <b>712.15</b>  | <b>890.25</b>  |                                |
| <b>Уплотненный полдник</b>        |                    |             |              |              |              |              |                |               |                |                |                                |
| Омлет                             | 100                | 100         | 11.68        | 11.68        | 19.87        | 19.87        | 1.55           | 1.55          | 172.9          | 172.9          | 10                             |
| Кондитерские изделия<br>(вафля)   | 20                 | 20          | 0.56         | 0.56         | 0.66         | 0.66         | 15.46          | 15.46         | 71.13          | 71.13          | 44                             |
| Кофейный напиток с<br>молоком     | 150                | 180         | 2.34         | 2.85         | 1.9          | 2.41         | 13.856         | 14.36         | 90.49          | 91             | 59                             |
| <b>ВСЕГО ЗА ПОЛДНИК</b>           | <b>270</b>         | <b>300</b>  | <b>14.58</b> | <b>15.09</b> | <b>22.43</b> | <b>22.94</b> | <b>30.866</b>  | <b>31.37</b>  | <b>334.52</b>  | <b>335.03</b>  |                                |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>              | <b>1321</b>        | <b>1600</b> | <b>59.82</b> | <b>72.38</b> | <b>53.33</b> | <b>62.06</b> | <b>162.306</b> | <b>470.82</b> | <b>1355.42</b> | <b>1614.28</b> |                                |