

Утверждаю:

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

Согласовано

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

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

Меню на 10.02.2026г.

СПДС «Чайка» ГБОУ ООШ №2

Меню на 10.02.2026 Ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>											
Омлет натуральный	100	100	11.68	11.68	19.87	19.87	1.55	1.55	172.9	172.9	10
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>273</b>	<b>309</b>	<b>13.25</b>	<b>13.7</b>	<b>22.78</b>	<b>23.49</b>	<b>18.4</b>	<b>23.93</b>	<b>273.9</b>	<b>363.9</b>	
<b>2 Завтрак</b>											
Банан	100	100	0.9	0.9	0.30	0.30	4.8	4.8	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>4.8</b>	<b>4.8</b>	<b>57.00</b>	<b>57.00</b>	
<b>Обед</b>											18
Салат из свеклы с чесноком	35	40	0.408	0.61	1.98	2.04	2.48	3.58	24.94	35.11	39
Суп картофельный с рыбой	180	250	18.48	24.64	1.99	2.66	9.9	13.19	145.6	194.1	17/17а
Гречка отварная	110	150	305	4.58	3.34	5.01	13.68	20.52	97	145.50	27
Гуляш из говядины	80	80	4	4	11	11	14	14	173	173	25
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	8,37/8,86	8,37/13,3	37,8/42,88	56,7/42,88	
<b>Всего за обед</b>	<b>595</b>	<b>750</b>	<b>28.688</b>	<b>37.25</b>	<b>18.99</b>	<b>21.51</b>	<b>78.12</b>	<b>97.95</b>	<b>605.97</b>	<b>748.99</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Каша молочная пшенная	150	200	5.07	6.76	7.8	10.4	19.4	25.87	168.7	224.9	3/3а
Кондитерское изделие (вафля)	18	20	0.504	0.560	0.594	0.66	13.914	15.46	64.02	71.13	<b>44</b>
Кофейный напиток с молоком	150	180	2.34	2.85	1.9	2.41	13.856	14.36	90.49	91	<b>59</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1286</b>	<b>1559</b>	<b>50.752</b>	<b>62.02</b>	<b>52.364</b>	<b>58.77</b>	<b>148.48</b>	<b>181.47</b>	<b>1260.48</b>	<b>1496.92</b>	