

Утверждаю Утверждаю:
 Директор ГБОУ ООШ №2
 _____ Е.В.Телегина

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

Меню на 19.01.2026г.
 СПДС «Чайка» ГБОУ ООШ №2

Меню на 19.01.2026г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	Ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша молочная рисовая	200	200	5.23	6.98	7.8	10.4	18.757	25	166.78	222.38	1/1а
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
Всего за завтрак	373	409	6.8	9	10.71	14.02	35.607	47.38	267.78	353.38	
2 Завтрак											
Сок	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											
Салат из свежей капусты	40	60	0.62	0.92	2.8	3	2.72	4.09	38.54	47.02	36
Борщ на кур/б со сметаной	150	200	4.29	5.1	6.49	7.3	7.92	9.61	108.57	126.32	16
Бефстроганов из печени	50	60	6.97	8.364	2.09	2.508	2.61	3.132	57.145	68.574	24
Картофельное пюре	110	130	2.3	2.7	4.8	5.7	12.0	14.2	101.2	119.6	29
Компот из с//фруктов	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	
Всего за обед	540	680	12.02	14.484	16.86	9.008	63.31	77.692	470.885	562.794	
Уплотненный полдник											
Суп молочный ячневый	180	200	5.26	7.01	6.07	8.09	21.29	28.39	159.75	196.53	8
Булочка домашняя	60	60	6.4	6.4	5.6	5.6	43.7	43.7	249.90	249.90	47
Молоко	150	180	4.58	6.165	4.08	5.490	7.58	10.203	85	114.75	55
Всего за уплотненный полдник	390	440	16.24	19.575	15.75	19.18	72.57	82.293	494.65	561.18	
Всего за день	1403	1629	35.56	43.559	43.32	42.208	181.587	217.465	1275.535	1519.574	