

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

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

Меню на 20.01.2026г..
 СПДС «Чайка» ГБОУ ООШ №2

Меню на 20.01.2026г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологичес кой карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша молочная «Дружба»	150	200	4.66	6.21	5.80	7.73	20.9	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
Всего за завтрак	323	409	6.23	8.23	8.71	11.35	37.64	50.09	251.75	332	
2 Завтрак											
Банан	100	100	0.9	0.9	0.30	0.30	4.80	4.80	57.00	57.00	53
Всего за 2 завтрак	100	100	0.9	0.9	0.30	0.30	4.80	4.80	57.00	57.00	
Обед											
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	17/17а
Макароны отварные	100	125	3.66	4.8	3.53	4.5	20.85	29	125.3	168.2	30
Котлета куриная, соус 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	
Всего за обед	628	791	38.11	48.16	21.89	27.47	89	384.56	712.15	890.25	
Уплотненный полдник											
Омлет	100	100	11.68	11.68	19.87	19.87	1.55	1.55	172.9	172.9	10
Кондитерские изделия (вафля)	20	20	0.56	0.56	0.66	0.66	15.46	15.46	71.13	71.13	44
Кофейный напиток с молоком	150	180	2.34	2.85	1.9	2.41	13.856	14.36	90.49	91	59
ВСЕГО ЗА ПОЛДНИК	270	300	14.58	15.09	22.43	22.94	30.866	31.37	334.52	335.03	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1321	1600	59.82	72.38	53.33	62.06	162.306	470.82	1355.42	1614.28	