

Утверждаю:

Директор ГБОУ ООШ №2
 _____ Е.В.Телегина

Согласовано

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

Председатель родительской общности
 _____ Лоренс В.А.

Меню на 20.03.2026г..
 СПДС «Чайка» ГБОУ ООШ №2

Меню на 20.03.2026г. ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологич еской карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша молочная манная	150	200	4.39	5.86	7.46	9.95	20.11	26.8	166	221.38	5/5а
Батон с маслом/ с сыром	20/4/8	25/5/15	3.24	5.06	4.48	7	9,36	14.82	92.8	145	51
Какао с молоком	150	180	3.15	3.67	2.72	3.19	12.96	15.82	89	107	61
Всего за завтрак	332	425	10.78	14.59	14.66	20.14	42.43	57.44	347.8	473.38	
2 Завтрак											
Яблоко	100	100	0,35	0,35	0	0	9,91	9.91	41.04	41.04	54
Всего за 2 завтрак	100	100	0,35	0,35	0	0	9,91	9.91	41.04	41.04	
Обед											
Икра кабачковая	10	15	0.379	0.474	2.784	3.48	2.47	3.088	35.822	44.778	
Свекольник на кур/.б-не	150	250	1,15	1.92	3.8	6.33	7.47	10.05	62.49	104.12	22
Плов с курицей	150	200	14.5	17.8	13.86	18.48	25.09	33.46	285	380	32
Сок фруктовый	140	140	0.7	0.7	0	0	14.14	14.14	59.108	59.108	49/а
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	490	655	19.149	23.914	21.104	29.07	66.4	42.408	533.1	687.586	
Уплотненный полдник											
Творожно-рисовая запеканка со сгущенкой	90/15	100/15	7.2	7.29	7.2	7.3	35.9	36.2	229.5	239.6	12
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.15	0.18	0	0	9.75	11.7	37.8	45.36	60
ВСЕГО ЗА ПОЛДНИК	255	295	7.35	7.47	7.2	7.3	45.65	47.9	267.3	284.96	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1177	1495	37.629	46.324	42.964	56.61	164.39	197.658	1179.24	1186.966	