

Утверждаю:

Директор ГБОУ ООШ №2
_____ Е.В.Телегина

Согласовано

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

Председатель родительской общности
_____ Лоренс В.А.

Меню на 21.01.2026г.

СПДС «Чайка» ГБОУ ООШ №2

Меню на 21.01.2026г. Ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Суп молочный гречневый	150	200	4.24	5.48	4.57	5.9	12.74	17.82	109.09	141.06	7
Батон с джемом	20/10	25/12	2.31	3.06	0.87	1.16	25.82	30.96	120.37	146.54	52
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.07	0.12	0.01	0.02	7.10	10.2	29	41	60
Всего за завтрак	330	417	6.62	8.66	5.45	7.08	45.66	58.98	258.46	328.6	
2 Завтрак											
Сок фруктовый	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											
Огурец консервированный	20	30	0.16	0.24	0.02	0.03	0.50	0.75	2.8	4.2	42
Рассольник на кур/б-не со сметаной	150	200	3.9	5.14	4.4	5.8	11.8	15.9	106.6	136.3	19
Биточек рыбный с овощами в сметанном соусе	70	80	9.3	12.3	3.1	5.2	1.6	2.1	73.3	105.1	31
Картофельное пюре	110	130	2.3	2.7	4.8	5.7	12.0	14.2	101.2	119.6	29
Напиток из шиповника	150	180	0,23	0,31	0,1	0,1	18,28	24,37	72,57	96,76	56
Хлеб ржаной/пшеничный	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	670	18.21	23.71	13.08	17.61	61.41	78.99	437.15	561.54	
Уплотненный полдник											
Каша молочная пшенная	150	200	5.07	6.76	7.8	10.4	19.4	25.87	168.7	224.9	3/3а
Кисель	150	180	0.24	0.32	0.11	0.014	14.59	19.45	60.80	80	58
ВСЕГО ЗА ПОЛДНИК	300	380	5.31	7.08	7.91	10.414	33.99	45.32	229.50	304.9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1270	1567	30.64	39.95	26.44	35.104	150.26	1936.39	967.33	1237.26	