

Утверждаю:

Директор ГБОУ ООШ №2
 _____ Е.В.Телегина

Согласовано

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

Председатель родительской общественности
 _____ Лоренс В.А.

Меню на 22.01.2026г...
 СПДС «Чайка» ГБОУ ООШ №2

Меню на 22.01.2026г.	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша молочная геркулесовая	150	180	4.99	5.99	8.24	9.89	16.98	20.38	162.33	194.76	4/4а
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
Чай сладкий с лимоном	150	180	0.15	0.18	0	0	9.75	11.7	37.8	45.36	60
Всего за завтрак	332	405	8.38	11.23	12.72	16.89	36.09	46.9	292.93	385.12	
2 Завтрак											
Ряженка	80	100	2.32	2.90	2.56	3.2	3.2	4	46.93	58.67	48
Всего за 2 завтрак	80	100	2.32	2.90	2.56	3.2	3.2	4	46.93	58.67	
Обед											
Яйцо вареное	0.5	0.5	2.54	2.54	2.3	2.3	0.14	0.14	31.5	31.5	43
Суп с клецками на кур/б	180	200	7.065	7.85	3.99	4.43	40.39	44.88	225.68	250.75	21
Овощное рагу с курицей	150	200	6.81	9.08	12.36	14.56	17.1	20.3	272.01	296.5	34
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	520.5	630.5	19.165	22.89	19.33	22.09	95.69	111.98	694.62	780.03	
Уплотненный полдник											
Салат «Здоровье»	70	70	0.86	0.86	4.3	4.3	4.37	4.37	57.81	57.81	41
Кондитерские изделия (печенье)	18	20	1.38	1.5	1.74	1.93	13.38	14.87	75.06	83.4	45
Коф. напиток с молоком	150	180	2.34	2.85	1.9	2.41	13.856	14.36	90.49	91	59
ВСЕГО ЗАПОЛДНИК	238	270	4.58	5.21	7.94	8.04	35.606	33.6	223.36	232.21	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1170.5	1405.5	206.93	42.23	42.55	50.82	166.586	196.48	1257.84	1456.03	