

Утверждаю:

Директор ГБОУ ООШ №2
_____ Е.В.Телегина

Согласовано

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

Председатель родительской общности
_____ Лоренс В.А.

СПДС «Чайка» ГБОУ ООШ №2

Меню на 29.01.2026г..

Меню на 29.01.2026г. 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 пшеничная	150	200	5.07	6.76	7.81	10.41	19.4	25.86	168.7	224.94	6/6a
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	353	409	6.55	9.64	11.325	12.82	42.385	33.81	289.68	395.98	
2 Завтрак											
Снежок	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 вермишелевый на к/б	150	250	1.61	2.68	1.70	2.83	10.2	17.14	62.8	104.7	20
Капуста тушеная с мясом	150	200	14.29	19.7	11.71	15.0	9.73	13.65	201.0	269.0	35
Компот из сухофруктов	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	490.5	680.5	21.19	28.34	16.39	20.93	58.13	77.59	460.73	606.48	
Уплотненный полдник											
Винегрет	70	70	0.87	0.87	6.1	6.1	4.59	4.59	75.37	75.37	40
Кондитерское изделие (печенье)	18	18	1.38	1.5	1.74	1.93	13.38	14.87	75.06	83.4	45
Кофейный напиток на молоке	150	180	2.34	2.85	1.9	2.41	13.856	14.36	90.49	91	59
Всего за уплотненный полдник	238	270	4.59	5.22	9.74	10.44	31.826	33.82	240.92	249.77	
Всего за день	1131.5	1459.5	34.74	45.24	39.41	48.6	129.406	163.65	1018.28	1270.86	