

Утверждаю:
Руководитель СПДС «Ягодка»
Н.Б. Михеева

вт.2

СПДС «Ягодка» ГБОУ СОШ № 10

| Меню на 18.06. 2024г. сад /ясли | Выход на 1реб.(гр.) | | Б | | Ж | | У | | Ккал. | |
|-------------------------------------|------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли |
| <i>I завтрак</i> | | | | | | | | | | |
| Каша молочная Дружба | 180 | 150 | 7.0 | 6.7 | 7.6 | 6.9 | 28.3 | 20.6 | 219.7 | 165.3 |
| Коф.нап. молочный | 180 | 150 | 4.2 | 2.9 | 5.7 | 5.0 | 3.7 | 3.0 | 111.2 | 86.2 |
| Батон с маслом,кремом | 30/5/12 | 20/5/10 | 3.4 | 2.3 | 5.9 | 5.3 | 24.0 | 21.3 | 165.0 | 122.5 |
| <i>II завтрак</i> | | | | | | | | | | |
| Кисель | 150 | 150 | 0.06 | 0.06 | - | - | 15.2 | 11.1 | 54.4 | 44.4 |
| Всего на I, II завтрак | 545 | 480 | 14.7 | 12.0 | 19.2 | 17.2 | 71.2 | 56.0 | 550.6 | 418.4 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | | | |
| Салат из св.капусты | 60 | 40 | 1.0 | 0.7 | 3.0 | 3.0 | 3.3 | 1.8 | 44.1 | 37.6 |
| Борщ со сметаной | 200 | 180 | 2.1 | 1.7 | 5.0 | 4.0 | 17.2 | 14.0 | 124.1 | 99.8 |
| Бефстроганов из кур | 75 | 60 | 11.4 | 6.3 | 12.1 | 7.9 | 5.9 | 2.7 | 137.4 | 87.7 |
| Отв.вермишель | 135 | 90 | 5.1 | 2.9 | 6.0 | 4.9 | 35.3 | 21.5 | 200.3 | 124.6 |
| Компот из кураги | 180 | 150 | 0.3 | 0.2 | - | - | 17.3 | 11.7 | 63.6 | 45.4 |
| Хлеб пшеничный | 33 | 25 | 2.4 | 1.8 | 0.9 | 0.7 | 16.9 | 12.8 | 82.5 | 62.5 |
| Хлеб ржаной | 50 | 40 | 2.8 | 2.2 | 0.5 | 0.4 | 21.6 | 17.3 | 99.5 | 79.6 |
| Всего на обед | 733 | 585 | 25.1 | 15.8 | 27.5 | 20.9 | 117.5 | 81.8 | 751.5 | 537.2 |
| <i>«Уплотненный» полдник</i> | | | | | | | | | | |
| Кабачковая икра | 60 | 40 | 0.3 | 0.2 | 3.0 | 3.0 | 1.8 | 1.3 | 34.6 | 32.2 |
| Омлет | 110 | 90 | 7.7 | 5.8 | 13.0 | 11.9 | 8.8 | 5.9 | 168.1 | 128.0 |
| Чай сладкий | 180 | 150 | - | - | - | - | 2.7 | 2.7 | 18.1 | 18.1 |
| Всего на «У»полдник | 350 | 280 | 8.0 | 6.0 | 16.0 | 14.9 | 13.3 | 9.9 | 220.8 | 178.3 |
| Всего за день | 1628 | 1345 | 47.8 | 33.8 | 62.7 | 53.0 | 202.0 | 147.7 | 1523 | 1134 |