Утверждаю:

Директор ГБОУСОШ №1
._____Н.Н.Федорова

Федорова Н.Н.
C=RU, OU=директор,
O=ГБОУ СОШ №1,
CN=Федорова Н.Н.,
E=cu_sch1zhg@63edu.ru
2026-10-02 07:08:04

Согласовано

Старший воспитатель СПДС «Чайка»
._____Е.В.Галкина

Председатель родительской общественности

_____Аксенова А.А

Меню на 22.10.2026

Меню на 22.10.2026 Ясли/сад	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	150	180	0.15	0.18	0	0	4.93	5.81	22.75	23.22	60
Всего за завтрак	**332**	**405**	**8.38**	**11.23**	**12.72**	**16.89**	**31.27**	**41.01**	**277.88**	**362.98**	
2 Завтрак											
Йогурт	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											
Помидора свежая	30	30	1.08	1.08	3.04	3.04	1.04	1.04	26.8	26.8	47
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	25
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,42	0,36/0,42	8,37/8,86	8,37/13,3	37,8/42,88	42,88/56,7	
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 «Винегрет»	70	70	0.86	0.86	4.3	4.3	4.37	4.37	57.81	57.81	41
Батон	20	25	1.3	1.7	0.58	0.64	10.29	11.2	52.4	64.1	50/а
Яйцо отварное	0.5	0.5	6.4	6.4	5.8	5.8	0.35	0.35	79.35	79.35	65
Кон.изделия (печенье)	18	20	1.38	1.5	1.74	1.93	13.38	14.87	75.06	83.4	45
Кофейный 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**	