

«Утверждаю»
 Директор ГБОУ СОШ с.Камышла
 А.Х. Каюмова
 «01» *марта* 2021г

**Примерное цикличное меню на 10 дней
 СП "Детский сад Улыбка" ГБОУ СОШ с.Камышла**

1 день (с 3 до 7 лет)

Название блюд	Перечень продуктов	Количество продуктов		Выход блюда	Б	Ж	У	ККАЛ	Витамин С
		брутто	нетто						
Завтрак									
Каша манная №79	масло слив.	5	5						
	молоко	100	100						
	манка	40	40						
	сахар	5	5						
				200/5	4,52	4,07	30,57	177	
Чай сладкий №392	сахар	10	10						
	чай	0,7	0,7						
				180	0,06	0,02	9,99	43	
Бутерброд с маслом	масло слив.	8	8						
	хлеб	30	30						
				30 8	3,06	9,43	18,27	170	
	Всего за завтрак				7,64	13,52	58,53	390	
Второй завтрак									
Печенье №57	печенье	40	40						
				40	1,5	2,2	14,8	186,6	
	Всего за второй завтрак				1,5	2,2	14,8	186,6	
Обед									
Салат из свежей капусты №68	масло раст.	2,5	2,5						
	морковь	20	15						
	сахар	2	2						
	капуста	45	35						
				50	0,57	2,24	4,15	53,58	
Суп рисовый №77	рис	15	15						
	масло раст.	2,5	2,5						
	морковь	12,5	10						
	лук репч.	12	10						
	картофель	70	52,5						
				250	4,19	4,92	10,52	107	