



«Утверждаю»

Директор ГБОУ СОШ с.Камышла

А.Х. Каюмова

«*01*» *января* 2021г

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

1 день (с 1 до 3 лет)

Название блюда	Перечень продуктов	Количество продуктов		Выход блюда	Б	Ж	У	ККАЛ	Витамин С
		брутто	нетто						
Завтрак									
Каша манная №79	масло слив.	4	4						
	молоко	100	100						
	манка	33	33						
	сахар	4	4						
					150/4	3,4	3,96	22,94	141
Чай сладкий №392	сахар	7	7						
	чай	0,5	0,5						
				150	0,05	0,02	8,32	34	
Бутерброд с маслом №1	масло слив.	6	6						
	хлеб	20	20						
				20	3,06	9,43	18,27	120,5	
	Всего за завтрак				6,51	13,41	49,53	295,5	
Второй завтрак									
Печенье №57	печенье	30	30						
				30	1,5	2,2	14,8	166	
	Всего за второй завтрак				1,5	2,2	14,8	166	
Обед									
Салат из свежей капусты №68	масло раст.	2	2						
	морковь	20	15						
	сахар	2	2						
	капуста	25	21						
					40	0,37	1,24	2,15	37
Суп рисовый №77	рис	6	6						
	масло раст.	2	2						
	морковь	5	4						
	лук репч.	7,5	6						
	картофель	40	28						
					150	1,38	4,64	9,25	84,35