



«Утверждаю»

Руководитель

СП "Детский сад Улыбка"
Р.А. Галимуллина

« 01 » 11 2022г

МЕНЮ

СП "Детский сад Улыбка" ГБОУ СОШ с.Камышла

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
		Белки.г	Жиры.г	Углеводы.г	
Завтрак					
Каша Ячневая	200\150	4.39\3.32	4.2\4.02	28.3\21.3	169\136
хлеб с маслом	30\5 20\5	3.06\1.71	9.43\5.28	18.27\10.23	170\110
чай с сахаром	180\150	0.06\0.05	0.02\0.02	8.46\8.42	41\34
Итого		5.55\4.08	11.52\8.32	56.94\42.75	402\305
II Завтрак					
печенье	30\20	1.5\1.0	2.2\1.47	14.8\9.87	186\124
Итого					
Обед					
Борщ со сметаной	200\150	1.73\1.04	4.09\2.94	12.2\7.32	100\69
Ежики из кур. мяса	70\60	5.67\4.72	5.73\4.73	5.21\4.21	179\153
макароны отварые	130\100	8.59\5.73	6.09\4.06	38.64\25.76	198\152
компот из с\фр	180\150	0.44\0.33	0.02\0.01	27.76\20.82	113\84.8
хлеб пшеничный	30\20	12.2\6.57	2.37\1.65	17.02\13.02	52.2\40.8
хлеб ржаной	30\20	2.37\1.37	0.9\0.6	17.15\13.5	70.8\44.0
салат морковный	50\40	3.64\2.56	2.57\1.34	3.78\2.07	54\43
Итого					767\587
Полдник					
Овощное рагу	150\120	3.4\2.4	14.2\11.3	17.3\13.6	207\166
чай с сахаром	180\150	0.06\0.05	0.02\0.02	8.46\8.42	41\34
хлеб пшеничный	20\20	6.57\6.57	1.65\1.65	13.02\13.02	44.0\44.0
Итого					292\244
ИТОГО				д\1647	я\1260

Диетсестра С.А. С.А.Галиуллина