

«Утверждаю»

Руководитель

СП "Детский сад Улыбка"

Р.А Галимуллина

« 07 » 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		
<b>Завтрак</b>						
Каша Манная	200\150	4.52\3.4	4.07\3.96	30.6\23.1	177\141	
хлеб с маслом	30\5 20\5	2.94\1.71	7.43\5.28	16.38\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	388\285	
<b>II Завтрак</b>						
печенье	30\20	1.5\1.0	2.2\1.47	14.8\9.87	186\124	
Итого						
<b>Обед</b>						
Суп рисовый	200\150	1.9\1.4	3.8\2.9	12.4\9.3	113 \85	
Жаркое из говяд.	70\60	11.7\10.02	7.91\6.8	4.13\3.54	319\239	
салат из св. капусты	50\40	3.64\2.56	2.57\1.34	3.78\2.07	53 \ 37.	
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	
Итого					721\531	
<b>Полдник</b>						
Булочка домашняя	70\60	5.09\3.8	3.4\2.55	50.42\37.8	253\220	
кисель	180\150	1.36\1.02		29.02\21.76	116 \87	
Итого					369\307	
<b>ИТОГО</b>				д\1664	я\1247	

Диетсестра Гали С.А.Галиуллина