

«Утверждаю»

Руководитель

СП "Детский сад Улыбка"

Р.А. Галимуллина

« 08 » 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 пшеничная	200\150	5.38\4.03	6.38\4.78	27.13\20.3	187\140	
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		8.38\5.79	13.83\10.1	51.97\38.95	398\284	
II Завтрак						
печенье	30\20	1.5\1.0	2.2\1.47	14.8\9.87	186\124	
Итого						
Обед						
Щи со сметаной	200\150	2.64\2.98	0.57\0.42	1.78\1.33	100 \ 75	
Котлета куриная	70\60	11.7\10.02	3.26\2.79	6.79\5.82	160\137	
гороховое пюре	130\100	8.59\5.72	4.8\4.06	38.64\25.8	210\162	
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	53 \ 47.	
Итого					759\591	
Полдник						
Вермишель в молоке	200\150	5.09\4.07	3.4\2.7	50.4\40.3	210\158	
чай с сахаром	180\150	0.06\0.05	0.2\0.2	8.46\8.42	41\34	
хлеб пшеничный	20\20	6.57\6.57	1.65\1.65	13.0\13.0	44\44	
Итого					295\236	
ИТОГО				д\1638	я\1235	

Диетсестра С.А. Галиуллина С.А. Галиуллина