

«Утверждаю»

Руководитель

СП "Детский сад Улыбка"

Р.А. Галимуллина

« 09 » 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 пшенная	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						
Суп-клецки со сметаной	200\150	2.64\2.98	0.57\0.42	1.78\1.33	132 \99	
Плов с говядиной	180\150	19.73\16.1	16.19\13.5	33.9\28.3	359\299	
салат свек.-картоф.	50\40	3.64\2.42	2.57\1.71	3.78\2.52	70 \ 47	
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					797\615	
Полдник						
Блинчики с маслом	85\65	11.3\8.6	17.7\13.5	41.9\32.0	285\218	
чай с сахаром	180\150	0.06\0.05	0.2\0.2	8.46\8.42	41\34	
Итого					326\254	
ИТОГО				д\1707	я\1277	

Диетсестра Гали С.А. Галиуллина