

«Утверждаю»

Руководитель

СП "Детский сад Улыбка"

Р.А. Галимуллина

« 15 » 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 Гали С.А. Галиуллина