

«Утверждаю»

Руководитель

СП "Детский сад Улыбка"

Р.А. Галимуллина

« 16 » 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 рисовая	200\150	3.09\2.32	4.07\3.02	32.1\24.1	177\142	
хлеб с повидлом	30\10 20\8	2.94\1.71	7.43\5.28	16.38\10.23	184\129	
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	
<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>						
домашняя лапша на к\б	200\150	2.64\1.64	0.57\0.34	1.78\1.53	102\72	
суфле куриное	70\60	10.2\9.88	13.03\10.4	2.14\1.84	166\140	
гречка отварная	130\100	8.59\5.73	6.09\4.06	38.64\25.76	243\142	
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 розовый	50\40	3.64\2.56	2.57\1.34	3.78\2.07	70\47	
Итого					817\571	
<b>Полдник</b>						
перемяч с картошкой	60\70	4.39\3.8	8.43\7.2	46.48\39.84	281\211	
чай с сахаром	180\150	0.06\0.05	0.02\0.02	8.46\8.42	41\34	
Итого					322\245	
<b>ИТОГО</b>				д\1727	я\1245	

Диетсестра Гали С.А. Галимуллина