



«Утверждаю»

Руководитель

СП "Детский сад Улыбка"

Р.А Галимуллина

« 17 » 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 Овсяная	200\150	5.39\2.32	6.38\3.96	27.1\24.1	187\158
хлеб с маслом	30\5 20\5	3.06\1.71	9.43\5.28	18.27\10.23	170\122
чай с сахаром	180\150	0.06\0.05	0.02\0.02	8.46\8.42	41\34
Итого		8.51\4.08	15.83\9.26	53.83\42.75	398\314
II Завтрак					
яблоко	30\30	6.9\6.9	0.4\0.4	9.8\9.8	47\47
Итого		6.9\6.9	0.4\0.4	9.8\9.8	47\47
Обед					
суп крестьянский со смет	200\150	2.68\1.7	2.8\2.0	17 \7.7	121.3\72.8
биточки рыбные	70\60	10.09\8.64	3.26\2.79	6.79\5.82	93\83
Гарнир-Сложный	130\100	22.0\14.7	6.79\4.06	25.8\19.9	259\162
Компот из с\фр	180\150	0.44\0.33	0.02\0.15	27.76\20.8	113\84.8
Хлеб пшеничный	30\20	5.57\4.00	1.98\0.68	10.2\8.6	52.2\41.0
Хлеб ржаной	30\20	12.0\6.00	2.38\1.00	24.15\16.5	70.8\44.5
Салат винегрет	60\40	2.76\0.81	1.36\3.7	16.8\5.06	89.6\54.9
Итого		55.5\36.2	18.6\14.4	129\83.4	770\543
Полдник					
Вермишель с маслом	150\120	11.2\8.29	10.3\8.2	31.8\22.7	264\218
хлеб пшеничный	20\20	12.2\12.2	1.98\1.98	10.0\10.0	52.2\52.2
чай с сахаром	180\150	0.05\0.04	0.02\0.02	9.32\8.32	41 \ 34
Итого		23.45\20.5	12.1\10.02	51.1\41.2	358\304
Итого				д/1.620	я/1208

Диетсестра С.А. Галиуллина