

«Утверждаю»

Руководитель

СП "Детский сад Улыбка"

Р.А. Галимуллина

« 21 » 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 Манная	200\150	4.52\3.4	4.07\3.96	30.6\23.1	177\141	
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		5.55\4.08	11.52\8.32	56.94\42.75	388\285	
II Завтрак						
печенье	30\20	1.5\1.0	2.2\1.47	14.8\9.87	186\124	
Итого						
Обед						
Суп рисовый	200\150	1.9\1.4	3.8\2.9	12.4\9.3	113 \85	
Жаркое из говяд.	70\60	11.7\10.02	7.91\6.8	4.13\3.54	319\239	
салат из св. капусты	50\40	3.64\2.56	2.57\1.34	3.78\2.07	53 \ 37.	
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					721\531	
Полдник						
Булочка домашняя	70\60	5.09\3.8	3.4\2.55	50.42\37.8	253\220	
кисель	180\150	1.36\1.02		29.02\21.76	116 \87	
Итого					369\307	
ИТОГО				д\1664	я\1247	

Диетсестра Тейс С.А. Галиуллина