



«Утверждаю»

Руководитель

СП "Детский сад Улыбка"

Р.А Галимуллина

« 22 » 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 пшеничная	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					
Щи со сметаной	200\150	2.64\2.98	0.57\0.42	1.78\1.33	100 \ 75
Котлета куриная	70\60	11.7\10.02	3.26\2.79	6.79\5.82	160\137
гороховое пюре	130\100	8.59\5.72	4.8\4.06	38.64\25.8	210\162
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	53 \ 47.
Итого					759\591
Полдник					
Вермишель в молоке	200\150	5.09\4.07	3.4\2.7	50.4\40.3	210\158
чай с сахаром	180\150	0.06\0.05	0.2\0.2	8.46\8.42	41\34
хлеб пшеничный	20\20	6.57\6.57	1.65\1.65	13.0\13.0	44\44
Итого					295\236
ИТОГО				д\1638	я\1235

Диетсестра Гали С.А.Галиуллина