

Государственное бюджетное общеобразовательное  
учреждение Самарской области средняя общеобразовательная  
школа №2 имени Героя Советского Союза Г.Н.Гурьянова  
ж.-д. ст. Шентала муниципального района Шенталинский  
Самарской области структурное подразделение детский сад «Звёздочка»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Ю.Н. Чилигин

Меню

Наименование блюд	Выход блюда, гр		Пищевые вещества						Энергетическая		№ рецептуры
			Белки		Жиры		Углеводы		ценность, кКал		
	Ясли(1-3 г)	Сад(3-7 л)	Ясли(1-3г)	Сад(3-7л)	Ясли(1-3г)	Сад(3-7л)	Ясли(1-3г)	Сад(3-7л)	Ясли(1-3г)	Сад(3-7л)	
<b>Завтрак:</b>											
Вермишель отварная в молоке	200	200	6,7	6,7	11	11	26	26	209	209	48
Чай с сахаром и лимоном	150	200	0,07	0,1	0	0	9	15,3	46,2	61,6	196
Хлеб пшеничный с маслом , сыром	30\5\4	40\7\6	2,47	3,3	0,98	1,3	17,25	23	84	112	
<b>Обед:</b>											
Винегрет	80	120	1,56	1,88	3,1	3,7	6,04	13,38	76,4	86	30
Щи на к \б со сметаной	150	200	1,23	1,78	5,2	6,24	9,61	11,6	101,2	105,9	117
Запеканка рисовая с мясом	140	170	10,67	11,23	7,87	10,43	28,36	33,63	232,4	279,8	
Компот из шиповника	150	200	0,4	0,5	0	0	6,5	8,7	38,3	51,5	398
Хлеб ржаной	40	50	2,13	2,6	0,47	0,6	19,05	22,25	85,33	106,7	115
<b>Полдник:</b>											
Омлет натуральный	100	120	6,7	8,1	8,3	10	3,3	4	115,6	138,7	216
Какао на молоке	150	200	4,2	5,1	4,8	6,4	12,1	13,4	134,9	163,9	397
Хлеб пшеничный	20	30	1,8	2,47	0,65	0,98	11,5	17,25	56	84	
<b>Итого:</b>			37,93	43,76	42,37	50,65	148,71	188,51	1179,33	1399,1	