

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 ценность, кКал		№ рецептуры
			Белки		Жиры		Углеводы		Ясли(1-3г)	Сад(3-7л)	
	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)			
<b>Завтрак:</b>											
Каша пшеничная молочная, жидкая	200	200	6,8	6,8	8,7	8,7	21,2	21,2	136,3	136,3	307
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>											
Морковь тертая с маслом и сахаром	43	43	0,4	0,4	3	3	4,8	4,8	48	48	
Свекольник на к\б со сметаной	150	200	1,5	2	4,2	7	9,1	12,2	68,2	123	119
Запеканка вермишель с мясом	140	170	11,53	12,25	8,14	10,7	25,19	30,46	225,31	273,2	
Кисель	150	200	0,8	0,12	0	0	12,88	18,84	53	77,55	383
Хлеб ржаной	40	50	2,13	2,6	0,47	0,6	19,05	22,25	85,33	106,7	115
<b>Полдник:</b>											
Творожная запеканка	110	120	18,6	19,4	11	12,2	15,9	16,7	211,4	260,1	195
Чай на молоке	150	200	4,28	5,71	4,8	6,4	22	29,33	143,7	191,6	
Хлеб пшеничный	20	30	1,8	2,47	0,65	0,98	11,5	17,25	56	84	
<b>Итого:</b>			50,38	55,15	41,94	50,88	167,87	211,33	1157,44	1474,05	