

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	Жиры	Углевод ы		Если(1-3г)	Сад(3-7л)	
	Если(1-3) г	Сад(3-7) л	Если(1-3г)	Сад(3-7л)	Если(1-3г)	Сад(3-7л)	Если(1-3г)	Сад(3-7л)			
Завтрак:											
Каша манная молочная ,жидкая	200	200	5,69	5,9	6,9	7,7	28,96	30,3	161,5	174	132
Чай с сахаром	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	
Обед:											
Салат из зеленого горошка	32	32	1,05	1,05	2	2	4,55	4,55	33,2	33,2	120
Суп крестьянский на к\б со сметаной	150	150	1,23	1,38	6,24	8,2	6,61	14,81	93,7	123,2	
Сосиски с картофельным пюре	82	97	10,3	11,8	10,4	13,4	1,36	0	148,7	176	275
Кисель	120	150	3,44	5,5	3,1	4,04	20	30,3	130	198,7	321
Хлеб ржаной	150	200									383
Хлеб ржаной	40	50	2,13	2,6	0,47	0,6	19,05	22,25	85,33	106,7	115
Полдник:											
Плюшки с повидлом или любой начинкой	100	110	4,9	6,3	3,91	5,01	26,2	43,7	160,8	206,8	
Ряженка	150	200	4,2	5,6	4,8	6,4	17,1	19,4	124,9	153,9	
Итого:			35,48	43,53	38,8	48,65	150,08	203,61	1068,33	1346,1	