

Ежедневное меню основного питания

СП «Детский сад Солнышко»

ГБОУ СОШ им.А.М.Шулайкина с.Старый Аманак

23.11.2022г.

Утверждаю:
Директор ГБОУ СОШ им.А.М.Шулайкина

с.Старый Аманак

Н.М.Дурнова

от 3 до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша кукурузная молочная с/м	200	189,2
	Какао	180	107
	Батон	30	40
	Сыр	20	44
Итого за завтрак		430	380,2
Второй завтрак	Йогурт	180	76
Итого за второй завтрак		180	76
Обед	Салат из белокоч.капусты	60	51,54
	Суп «Бабушкин» со сметаной	200	260
	Картофельное пюре	150	123,9
	Гуляш с мясом	60	80,68
	Кисель	180	104,57
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	70
Итого за обед		690	690,69
Полдник	Омлет	150	290
	Чай с сахаром	150	47,3
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	68,7
Итого за полдник		330	406
Итого за день:		1630	1552,89