

Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ №38 г.о.Сызрань  
 О.В.Буртаев



**Меню 01 февраля 2023 год**  
 СП "Детский сад №11" ГБОУ СОШ №38 г.о.Сызрань

Прием пищи	Название блюда	Все блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	
		возраст		Белки		Жиры		Углеводы		Возраст	
		1г-3г	3г-7л	Возраст		Возраст		Возраст		1г-3г	3г-7л
				1г-3г	3г-7л	1г-3г	3г-7л	1г-3г	3г-7л		
Завтрак	Суп молочный с макаронными	150	200	4,1	6,6	5,6	9	12,9	20,6	209,6	251,5
	Какао-напиток с молоком	180	200	5,5	6,2	5,7	6,4	20,1	24,1	96,7	107,7
	Печенье с маслом	180	200	5,5	6,2	5,7	6,4	20,1	24,1	96,7	107,7
	<b>Итого за завтрак:</b>	205	40/10	4,1	8,2	2,3	4,6	13,2	26,4	146,4	146,4
	Кисломолочный продукт (ряженка)	355	450	13,7	21	13,6	20	46,2	71,1	452,7	505,6
2 завтрак	<b>Итого за 2 завтрак:</b>	100	150	2,8	4,2	3,2	4,8	4,1	6,1	72,1	88,5
	Салат из свежей моркови с яблоком	100	150	2,8	4,2	3,2	4,8	4,1	6,1	72,1	88,5
Обед	Суп картофельный с бобами на	30	50	0,27	0,45	1,02	1,7	2,55	4,25	20,1	33,5
	Каша гречневая рассыпчатая	150	250	3,1	5,1	3,2	5,3	9,7	16,1	53,4	72,5
	Гуляш из отварного мяса	110	130	6,3	7,4	5,3	6,3	30,1	35,7	156,1	173,5
	Компот из свежих плодов + вит. С	50	80	8,2	13,2	8,3	13,4	1,6	2,6	76	122,2
	Гренки (хлеб пшеничный)	150	180	0,1	0,2	0,1	0,2	17,9	21,5	40,3	59,2
	Хлеб ржаной	20	40	3	6,1	0,3	0,6	19,4	38,9	77,8	129,1
	<b>Итого за обед:</b>	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,7	22,2	75,6	94,5
	Каша рисовая молочная жидкая	550	780	23,37	35,45	18,62	28	98,95	141,25	499,3	684,5
Уплотненный полдник	Сок фруктовый	150	200	4,2	5,6	4,8	6,3	33,3	44,3	31	460,3
	Хлеб пшеничный	100	150	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	46	46
	Фрукты свежие	20	20	1,2	1,2	0,4	0,4	8,4	8,4	50,9	50,9
	<b>Итого за уплотненный полдник:</b>	95	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,4	9,8	79,9	80
	<b>Итого за день:</b>	365	470	6,3	7,7	5,7	7,2	61,2	72,6	207,8	637,2
	<b>Итого стоимость дня</b>	1370	1850	46,17	68,35	41,12	60	210,5	291,05	1231,9	1915,8
		99,74 руб	133,65 руб								

Гл. бухгалтер

Каракова И.Е.