



С=RU, O=ГБОУ СОШ № 1 г.о.  
Чапаяевск, CN=Белоглядова  
К.С.,  
E=school1\_chp@samara.edu.ru  
00e4fb5a2627857e57

Ст. воспитатель

Утверждаю

Вихрева В.Н.

### Меню на 7.12.2022г.

ЗАВТРАК	ВЫХОД		Калорийность	
	ясли	сад	ясли	сад
Сырники в сметане	120	168	150	224,9
Кофе с молоком	200	159,56	200	159,56
<b>2 ЗАВТРАК</b>				
Ряженка	140	106	170	132,5
<b>ОБЕД</b>				
Суп гороховый кур.б.	180	103	200	195
Салат луковый	-		30	39,8
Картофельное пюре	130	103	150	128
Мясо кур отварное	60	139	80	208
Хлеб пшеничный	50	105,75	50	105,75
Хлеб ржаной	35	76,18	35	76,18
Компот из с/ф	150	96,76	200	96,76
<b>Уплотнённый полдник</b>				
Каша кукурузная молочная	150	166	200	222
Бутерброд с маслом, сыром	40	125	45	185
Чай	150	39	200	53,06
<b>ИТОГО за день</b>	<b>1405</b>	<b>1387,25</b>	<b>1710</b>	<b>1826,51</b>