

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 Л.А. Сборнова

Меню на 03.08.2022 г.  
 Возрастная категория от 1,5 до 7 лет

| № рец-ры | Наименование блюда               | Химический состав/Ясли |              |               |               |                | Химический состав/Сад |             |               |               |                |
|----------|----------------------------------|------------------------|--------------|---------------|---------------|----------------|-----------------------|-------------|---------------|---------------|----------------|
|          |                                  | Выход                  | Белки, г     | Жиры, г       | Углеводы      | Ккал           | Выход                 | Белки, г    | Жиры, г       | Углеводы      | Ккал           |
|          | <b>Завтрак</b>                   |                        |              |               |               |                |                       |             |               |               |                |
| 93       | Каша Дружба молочная с мас и сах | 150                    | 4,14         | 4,71          | 20            | 134,17         | 200                   | 5,52        | 6,29          | 26,7          | 178,9          |
| 397      | Какао с молоком                  | 150                    | 3,15         | 2,72          | 14            | 88,99          | 200                   | 4,2         | 3,62          | 18,67         | 118,66         |
| 1        | Батон с маслом, сыром            | 30/4                   | 4,63         | 14,29         | 27,69         | 174,39         | 30/5                  | 4,77        | 14,71         | 28,5          | 179,52         |
|          | <b>Итого:</b>                    |                        | 11,92        | 21,72         | 61,69         | 397,55         |                       | 14,49       | 24,62         | 73,87         | 477,08         |
|          |                                  |                        |              |               |               |                |                       |             |               |               |                |
|          |                                  |                        |              |               |               |                |                       |             |               |               |                |
|          | <b>Обед</b>                      |                        |              |               |               |                |                       |             |               |               |                |
| 67       | Щи на к/б со смет                | 150                    | 1,04         | 2,93          | 5,09          | 35             | 200                   | 1,74        | 4,88          | 9,21          | 85             |
| 315/205  | Гуляш из м/к с макаронами        | 70/110                 | 10,95        | 11,68         | 22,88         | 224,47         | 80/120                | 12,17       | 12,98         | 25,43         | 249,41         |
| 241      | Компот из с/ф                    | 150                    | 0,22         | 0,006         | 18,21         | 69,96          | 200                   | 0,29        | 0,008         | 24,29         | 93,28          |
| 122      | Хлеб пшеничный                   | 20                     | 1,52         | 0,16          | 9,84          | 47             | 30                    | 2,28        | 0,24          | 14,76         | 70,5           |
| 123      | Хлеб ржаной                      | 40                     | 2,64         | 0,48          | 13,36         | 69,6           | 50                    | 3,3         | 0,6           | 16,7          | 87             |
|          | <b>Итого:</b>                    |                        | 16,37        | 15,256        | 69,38         | 446,03         |                       | 19,78       | 18,708        | 90,39         | 585,19         |
|          | <b>"Уплотненный" полдник</b>     |                        |              |               |               |                |                       |             |               |               |                |
| 48       | Творожно-манн запек со сгущ.     | 120/30                 | 14,61        | 10,05         | 14,29         | 205,8          | 150/30                | 17,54       | 12,06         | 17,15         | 247            |
| 152      | Чай с сахаром                    | 150                    | 0,05         | 0,015         | 8,33          | 3,33           | 200                   | 0,07        | 0,02          | 11,1          | 4,44           |
| 122      | Хлеб пшеничный                   | 10                     | 0,76         | 0,08          | 4,92          | 23,5           | 20                    | 1,52        | 0,16          | 9,84          | 47             |
|          | <b>Итого:</b>                    |                        | 15,42        | 10,145        | 27,54         | 232,63         |                       | 19,13       | 12,24         | 38,09         | 298,44         |
|          | <b>Всего:</b>                    |                        | <b>43,71</b> | <b>47,121</b> | <b>158,61</b> | <b>1076,21</b> |                       | <b>53,4</b> | <b>55,568</b> | <b>202,35</b> | <b>1360,71</b> |

Продукты не содержат ГМО