

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 04.05.2022 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
	Завтрак										
204	Макароны с маслом и сах	150	9,29	10,01	22,71	218	200	11,17	10,28	31,78	264
885	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,44	200	1,36	0	29,02	121,52
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
161	Яйцо 1/2	20	2,55	2,3	0,14	31,5	20	2,55	2,3	0,14	31,5
	Итого:		17,49	26,6	72,31	515,33		19,85	27,29	89,44	596,54
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	Обед										
22	Салат из сол.огурца с зелен.горош	50	2,98	2,38	15,85	83,6	60	3,58	2,86	19,02	100,32
87	Суп рыбный	150	5,16	5,04	8,59	100,35	200	6,88	6,72	11,46	133,8
304	Плов рисовый	150	9,4	9,37	26,02	222,6	200	12,53	12,49	34,69	296,8
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
	Итого:		18,94	15,056	76,02	509,51		25,28	20,058	101,9	681,38
	"Уплотненный" полдник										
48	Творожно-манн запек со сгуц.	120/30	14,61	10,05	14,29	205,8	150/30	17,54	12,06	17,15	247
138	Чай с молоком	150	2,34	2,43	26,05	147,98	200	3,12	3,24	34,74	197,31
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		17,71	12,56	45,26	377,28		22,18	15,46	61,73	491,31
	Всего:		54,64	54,316	203,69	1448,12		67,96	62,938	266,2	1829,03

Продукты не содержат ГМО