

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 04.07.2022 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										
183	Плов сладкий с морковью	150	3,3	10,2	49,5	304,5	200	13,6	66	406	245,6
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:		8,95	24,49	98,96	570,33		19,73	80,71	463,52	546,64
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	Обед										
79	Суп полевой на к/б	150	7,71	7,32	15,3	166,6	200	8,54	9	21,8	202
116	Мясная котлета с капустой туш	60/110	25,36	12,7	28,37	285,3	80/120	27,05	12,95	32,35	307,5
102	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	15,55	65,83	150	0,51	0,21	15,55	65,83
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:		37,74	20,87	82,42	634,33		41,68	23	101,16	732,83
	"Уплотненный" полдник										
57	Суп гречневый молочный	150	4,5	6,98	16,3	144,5	200	7	10,4	25	222,4
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
469	Булочка нарезная	80	5,09	3,4	50,4	253	90	5,72	3,8	56,7	284,6
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		10,4	10,475	79,95	424,33		14,31	14,38	102,64	558,44
	Всего:		57,59	55,935	271,43	1674,99		76,37	118,22	680,45	1897,71

Продукты не содержат ГМО