

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 07.11.2022 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											
204,00	Макароны с маслом и сах	150	9,29	10,01	22,71	218,00	200	11,17	10,28	31,78	264,00
885,00	Кисель	150	1,02	-	21,77	91,44	200	1,36	-	29,02	121,52
1,00	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,50	179,52
161,00	Яйцо 1/2	20	2,55	2,30	0,14	31,50	20	2,55	2,30	0,14	31,50
	Итого:		17,49	26,60	72,31	515,33		19,85	27,29	89,44	596,54
2-ой завтрак											
64,00	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	130	0,65	0,13	13,13	59,80

Обед											
35,00	Суп Уральский на м/б	150	2,12	3,06	7,81	70,95	200	3,56	5,12	14,17	117,00
161/85	Мясная котлета с гречнев. гарнир.	60/110	14,75	14,61	39,48	341,55	70/130	16,63	16,64	43,49	382,27
241,00	Компот из с/ф	150,00	0,22	0,01	18,21	69,96	200,00	0,29	0,01	24,29	93,28
122,00	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50
123,00	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60	50,00	3,30	0,60	16,70	87,00
	Итого:		21,25	18,32	88,70	599,06		26,06	22,61	113,41	750,05
"Уплотненный" полдник											
321	Картофельное пюре с кабач. икрой	50/110	2,65	4,78	17,88	126	60/120	3,42	6,21	22,74	161,4
152,00	Чай с сахаром	150,00	0,05	0,02	8,33	3,33	200,00	0,07	0,02	11,10	4,44
49	Булочка с джемом	90	5,4	4,86	56,7	294,9	100	6	5,4	63	329,7
122,00	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,08	4,92	23,50	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00
	Итого:		8,86	9,74	87,83	447,73		11,01	11,79	106,68	542,54
	Всего:		48,10	54,75	258,94	1 608,12		57,57	61,82	322,66	1 948,93

Продукты не содержат ГМО