

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 Л.А. Сборнова

Меню на 07.12.2022 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>										
168	Каша рисовая молочная с масл. и сах	150	4,16	6,77	24,38	177,16	200	5,5	9,03	32,5	236,21
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
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>		<b>11,94</b>	<b>23,55</b>	<b>67,63</b>	<b>443,7</b>		<b>14,47</b>	<b>27,06</b>	<b>81,74</b>	<b>538,6</b>
	<b>2-ой завтрак</b>										
338	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8	61,5
	<b>Обед</b>										
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
22	Салат из сол.огурца с луком и раст м	50	2,98	2,38	15,85	83,6	60	3,58	2,86	19,02	100,32
57	Борщ на к/б со сметаной	150	1,09	2,94	7,64	61,5	200	1,45	3,92	10,19	82
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>		<b>19,4</b>	<b>17,646</b>	<b>87,78</b>	<b>556,13</b>		<b>23,07</b>	<b>20,608</b>	<b>110,39</b>	<b>682,51</b>
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
174/51	Тефтели рыбные с овощн.салатом	120/30	11,14	4,58	14,48	188,63	150/30	13,79	5,19	17,23	205,98
469	Булочка Розовая	80	5,57	11,4	44,16	289	90	12,83	49,68	85,05	325,17
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>		<b>17,52</b>	<b>16,075</b>	<b>71,89</b>	<b>504,46</b>		<b>28,21</b>	<b>55,05</b>	<b>123,22</b>	<b>582,59</b>
	<b>Всего:</b>		<b>49,28</b>	<b>57,271</b>	<b>239,19</b>	<b>1553,49</b>		<b>66,27</b>	<b>102,718</b>	<b>330,15</b>	<b>1865,2</b>

Продукты не содержат ГМО