

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 Л.А. Сборнова \_\_\_\_\_

Меню на 09.01.2023 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>										
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
	<b>Итого:</b>		<b>14,94</b>	<b>24,3</b>	<b>72,17</b>	<b>483,83</b>		<b>17,3</b>	<b>24,99</b>	<b>89,3</b>	<b>565,04</b>
	<b>2-ой завтрак</b>										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	<b>Обед</b>										
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
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
	<b>Итого:</b>		<b>19,07</b>	<b>15,666</b>	<b>76,8</b>	<b>518,72</b>		<b>25,41</b>	<b>20,668</b>	<b>102,68</b>	<b>690,59</b>
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
235	Картофель туш с овощами	150	3,26	9,14	22,64	189,14	200	4,34	12,18	30,18	252,18
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
87	Печенье	12	0,89	1,47	11,16	62,55	15	1,12	1,47	11,16	62,55
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	<b>Итого:</b>		<b>4,96</b>	<b>10,705</b>	<b>47,05</b>	<b>278,52</b>		<b>7,05</b>	<b>13,83</b>	<b>62,28</b>	<b>366,17</b>
	<b>Всего:</b>		<b>39,47</b>	<b>50,771</b>	<b>206,12</b>	<b>1327,07</b>		<b>50,41</b>	<b>59,618</b>	<b>267,39</b>	<b>1681,6</b>

Продукты не содержат ГМО