

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 10.08.2022 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										
168	Каша ячневая молочная	150	5,28	5,7	27,6	184,2	200	7,04	7,6	36,8	245,6
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
	Итого:		13,06	22,48	70,85	450,74		16,01	25,63	86,04	547,99
	2-ой завтрак										
338	Яблоко	100	0,8	5,5	4,3	67,1	100	0,8	5,5	4,3	67,1
	Обед										
90	Салат "Летний" с растит маслом	40	0,38	2,45	1,23	28,56	60	0,57	3,68	1,84	42,84
34	Свекольник на к/б со смет	150	1,31	2,64	7,25	69,47	200	1,74	3,52	9,67	92,62
320/321	Суфле куриное с картоф пюре	60/110	8,16	9,76	16,08	254,2	70/130	9,56	10,98	18,98	298,1
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:		13,85	13,046	64,74	510,23		17,17	15,348	84,4	641,5
	"Уплотненный" полдник										
174/51	Котлеты рыбные с кабачк. икрой	120/30	11,14	4,58	14,48	188,63	150/30	13,79	5,19	17,23	205,98
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
	Итого:		11,95	4,675	27,73	215,46		15,38	5,37	38,17	257,42
	Всего:		39,66	45,701	167,62	1243,53		49,36	51,848	212,91	1514,01

Продукты не содержат ГМО