

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 12.10.2022 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 рисовая молочная с масл. и сах.	150	4,16	6,77	24,38	177,16	200	5,5	9,03	32,5	236,21
397	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,72	14	88,99	200	4,2	3,62	18,67	118,66
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		11,94	23,78	66,07	440,54		14,47	27,36	79,67	534,39
Обед											
57	Борщ на к/б со сметаной	150	1,09	2,94	7,64	61,5	200	1,45	3,92	10,19	82
55	Кнели из м/к с вермиш гарниром	70/100	9,43	11,94	7,54	175,39	80/120	12,57	15,93	10,06	233,86
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:		14,9	15,526	56,59	423,45		19,89	20,698	76	566,64
"Уплотненный" полдник											
174/51	Котлеты рыбные с овощн.салатом	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:		0,81	0,095	13,25	26,83		1,59	0,18	20,94	51,44
	Всего:		27,65	39,401	135,91	890,82		35,95	48,238	176,61	1152,47

Продукты не содержат ГМО