

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 13.07.2022 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	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
382	Картофельная запеканка с м/к	150	19,14	18,58	13,82	300,56	200	25,53	24,78	18,43	400,75
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:		25,21	24,316	63,71	585,15		33,71	32,828	85,69	786,99
	"Уплотненный" полдник										
174/51	Тефтели 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:		51,02	56,971	166,59	1318,45		65,9	69,328	214,2	1659,5

Продукты не содержат ГМО