

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 Л.А. Сборнова

Меню на 15.04.2022 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 геркулесовая молочная	150	4,99	8,525	16,98	149	200	6,66	11	22,64	187
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
161	Яйцо 1/2	20	2,55	2,3	0,14	31,5	20	2,55	2,3	0,14	31,5
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>15,32</b>	<b>27,605</b>	<b>60,37</b>	<b>447,04</b>		<b>18,18</b>	<b>31,33</b>	<b>72,02</b>	<b>520,89</b>
	<b>2-ой завтрак</b>										
102	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	15,55	65,83	150	0,51	0,21	15,55	65,83
	<b>Обед</b>										
57	Борщ на к/б со сметаной	150	1,09	2,94	7,64	61,5	200	1,45	3,92	10,19	82
276	Жаркое по-домашнему с курами	150	12,38	11,23	13,02	180	200	16,51	14,97	17,37	280,14
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>17,85</b>	<b>14,816</b>	<b>62,07</b>	<b>428,06</b>		<b>23,83</b>	<b>19,738</b>	<b>83,31</b>	<b>612,92</b>
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
255/205	Рыбная котл с макаронами	80/90	23,72	9,55	33,66	316,12	90/110	26,36	10,62	37,4	351,25
469	Булочка ванильная	80	5,09	3,4	50,4	253	90	5,72	3,8	56,7	284,6
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>29,62</b>	<b>13,045</b>	<b>97,31</b>	<b>595,95</b>		<b>33,67</b>	<b>14,6</b>	<b>115,04</b>	<b>687,29</b>
	<b>Всего:</b>		<b>63,3</b>	<b>55,676</b>	<b>235,3</b>	<b>1536,88</b>		<b>76,19</b>	<b>65,878</b>	<b>285,92</b>	<b>1886,93</b>

Продукты не содержат ГМО