

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 15.12.2022 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 манная молочная с масл и сах	150	3,96	22,94	22,94	141	200	4,52	4,07	30,57	177
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:		11,74	39,95	64,63	404,38		13,49	22,4	77,74	475,18
	2-ой завтрак										
338	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8	61,5
	Обед										
79,00	Суп полевой на к/б	150	7,71	7,32	15,30	166,60	200	8,54	9,00	21,80	202,00
298	Ленивые голубцы в том/см соусе	60/110	8,18	17,37	18,44	332,64	70/130	9,27	17,37	18,44	269,28
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:		20,27	25,336	75,15	685,8		23,68	27,22	95,99	722,06
	"Уплотненный" полдник										
215	Омлет	150	13,52	18,77	3,36	234,38	200	18,02	25,02	4,48	312,5
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
49	Булочка с творогом	90	5,4	4,86	56,7	294,9	100	6	5,4	63	329,7
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		19,73	23,725	73,31	556,11		25,61	30,6	88,42	693,64
	Всего:		52,16	89,011	224,98	1695,49		63,3	80,218	276,95	1952,38

Продукты не содержат ГМО