

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 17.10.2022 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										
86	Суп лапша с яйцом	150	1,61	1,7	10,28	62,85	200	2,15	2,27	13,71	83,8
885	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,44	200	1,36	0	29,02	121,52
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:		7,26	15,99	59,74	328,68		8,28	16,98	71,23	384,84
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	Обед										
83	Суп картофель с фрик.	150	9,95	7,77	23,16	202,5	200	13,26	10,36	30,88	270
336	Тушеная капуста с м/г	150	2,99	5,57	14,24	118,5	200	3,98	7,42	18,98	158
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:		17,32	13,986	78,81	507,56		23,11	18,628	105,61	678,78
	"Уплотненный" полдник										
235	Картофель туш с овощами	150	3,26	9,14	22,64	189,14	200	4,34	12,18	30,18	252,18
394	Чай с сахаром и молоком	150	2,22	1,95	11,92	74,16	200	2,96	2,6	15,9	98,88
469	Булочка ванильная	80	5,09	3,4	50,4	253	90	5,72	3,8	56,7	284,6
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		11,33	14,57	89,88	539,8		14,54	18,74	112,62	682,66
	Всего:		36,41	44,646	238,53	1422,04		46,58	54,478	302,59	1806,08

Продукты не содержат ГМО