

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 18.04.2022 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
Завтрак											
183	Плов сладкий с изюмом и морков	150	3,3	10,2	49,5	304,5	200	4,4	13,6	66	406
885	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,44	200	1,36	0	29,02	121,52
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
Итого:			11,5	26,79	99,1	601,83		13,08	30,61	123,66	738,54
2-ой завтрак											
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
Обед											
79	Суп полевой со сметаной	150	7,71	7,32	15,3	166,6	200	8,54	9	21,8	202
116	Мясная котлета с горох пюре	60/110	25,36	12,7	28,37	295,3	80/120	27,05	12,95	32,35	357,5
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:			37,45	20,666	85,08	648,46		41,46	22,798	109,9	810,28
"Уплотненный" полдник											
57	Суп гречневый молочный	150	4,5	6,98	16,3	144,5	200	7	10,4	25	222,4
362	Пирожок с картошкой	90	5,85	3,6	32,31	187,2	100	6,5	4	35,9	208
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:			11,16	10,675	61,86	358,53		15,09	14,58	81,84	481,84
Всего:			60,61	58,231	256,14	1654,82		70,28	68,118	328,53	2090,46

Продукты не содержат ГМО