

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 18.07.2022 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										
204	Макароны с маслом и сах	150	9,29	10,01	22,71	218	200	11,17	10,28	31,78	264
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
161	Яйцо 1/2	20	2,55	2,3	0,14	31,5	20	2,55	2,3	0,14	31,5
	Итого:		17,49	26,6	72,31	515,33		19,85	27,29	89,44	596,54
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	Обед										
35	Суп Уральский на м/б	150	2,12	3,06	7,81	70,95	200	3,56	5,12	14,17	117
161/85	Мясная котлета с гречнев. гарнир.	60/110	14,75	14,61	39,48	341,55	70/130	16,63	16,64	43,49	382,27
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:		21,25	18,316	88,7	599,06		26,06	22,608	113,41	750,05
	"Уплотненный" полдник										
9	Овощное рагу	150	7,23	10,12	10,15	158	200	9,64	13,49	13,53	210,74
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
469	Булочка нарезная	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:		13,13	13,615	73,8	437,83		16,95	17,47	91,17	546,78
	Всего:		52,37	58,631	244,91	1598,22		63,51	67,498	307,15	1953,17

Продукты не содержат ГМО