

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 19.07.2022 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										
83	Каша пшеничная с маслом и сах	150	3,24	4,22	20,81	134,25	200	4,32	5,63	27,75	179
397	Какао 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:		11,02	21,23	62,5	397,63		13,29	23,96	74,92	477,18
	2-ой завтрак										
102	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	15,55	65,83	200	0,68	0,28	20,74	87,78
	Обед										
22	Салат из сол.огурца и лука	50	2,98	2,38	15,85	83,6	60	3,58	2,86	19,02	100,32
34	Свекольник на к/б со смет	150	1,31	2,64	7,25	169,47	200	1,74	3,52	9,67	192,62
304	Плов рисовый с курами	150	9,4	9,37	26,02	322,6	200	12,53	12,49	34,69	396,8
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:		18,07	15,036	90,53	762,23		23,72	19,718	119,13	940,52
	"Уплотненный" полдник										
212	Творожно-манный пудинг со сгущ мол	120/30	14,61	10,05	14,29	205,8	150/30	20,97	27,73	44,72	527,49
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:		15,42	10,145	27,54	232,63		22,56	27,91	65,66	578,93
	Всего:		45,02	46,621	196,12	1458,32		60,25	71,868	280,45	2084,41

Продукты не содержат ГМО