

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 20.06.2022 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										
85	Каша гречневая с маслом и сах	150	7,111	8,429	41,184	258,745	200	9,48	11,23	54,91	344,99
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:		12,761	22,719	90,644	524,575		15,61	25,94	112,43	646,03
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	Обед										
40	Суп сборно-овощной со смет	150	3	4,8	15,03	111,75	200	4	6,4	20,04	149
161/317	Мясная котлета с макаронами	70/100	14,1	10,71	27,81	263,37	80/120	17,42	13,37	38,08	341
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:		21,48	16,156	84,25	561,68		27,29	20,618	113,87	740,78
	"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
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
141	Булочка розовая	80	5,5	7,88	44,08	258,2	90	6,18	8,86	49,59	290,47
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		9,57	17,115	79,97	474,17		12,11	21,22	100,71	594,09
	Всего:		43,811	55,99	254,864	1560,425		55,01	67,778	327,01	1980,9

Продукты не содержат ГМО