

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 20.07.2022 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										
168	Каша рисовая молочная с мас и сах	150	4,16	6,77	24,38	177,16	200	5,5	9,03	32,5	236,21
397	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,72	14	88,99	200	4,2	3,62	18,67	118,66
1	Батон с маслом, сыром	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		11,94	23,78	66,07	440,54		14,47	27,36	79,67	534,39
	2-ой завтрак										
96	Яблоко	100	0,35		9,91	51,04	100	0,35		9,91	51,04
	Обед										
90	Салат Летний	40	0,38	2,45	1,23	28,56	60	0,57	3,68	1,84	42,84
57	Борщ на к/б со сметаной	150	1,09	2,94	7,64	61,5	200	1,45	3,92	10,19	82
55	Кнели из м/к с вермиш гарниром	70/100	9,43	11,94	7,54	175,39	80/120	12,57	15,93	10,06	233,86
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:		15,28	15,526	57,82	452,01		20,46	24,378	77,84	609,48
	"Уплотненный" полдник										
174/51	Тефтели рыбные с кабачк. икрой	120/30	11,14	4,58	14,48	188,63	150/30	13,79	5,19	17,23	205,98
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:		11,95	4,675	27,73	215,46		15,38	5,37	38,17	257,42
	Всего:		39,52	43,981	161,53	1159,05		50,66	57,108	205,59	1452,33

Продукты не содержат ГМО