

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 21.09.2022 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
<b>Завтрак</b>											
91	Каша пшенная молочная	150	5,55	2,63	29,33	156	200	7,4	3,5	39,1	208
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
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
	<b>Итого:</b>		<b>13,33</b>	<b>19,41</b>	<b>72,58</b>	<b>422,54</b>		<b>16,37</b>	<b>21,53</b>	<b>88,34</b>	<b>510,39</b>
<b>2-ой завтрак</b>											
96,00	Яблоко	100	0,35		9,91	51,04	100	0,35		9,91	51,04
<b>Обед</b>											
90	Салат Летний	40	0,38	2,45	1,23	28,56	60	0,57	3,68	1,84	42,84
42	Суп с мучными клецками на к/б	150	3,83	1,29	12,68	100,95	200	5,1	1,72	16,9	138,151
255/321	Биточки из к/м с картоф.пюре	60/110	8,7	9,48	18,03	198,81	70/130	11,24	10,54	20,04	220,9
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
	<b>Итого:</b>		<b>17,29</b>	<b>13,866</b>	<b>73,35</b>	<b>514,88</b>		<b>22,78</b>	<b>16,788</b>	<b>94,53</b>	<b>652,671</b>
<b>"Уплотненный" полдник</b>											
174/51	Тефтели рыбные со свекольной икрой	80/70	11,14	4,58	14,48	135,63	90/100	13,79	5,19	17,23	170,88
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
	<b>Итого:</b>		<b>11,95</b>	<b>4,675</b>	<b>27,73</b>	<b>162,46</b>		<b>15,38</b>	<b>5,37</b>	<b>38,17</b>	<b>222,32</b>
	<b>Всего:</b>		<b>42,92</b>	<b>37,951</b>	<b>183,57</b>	<b>1150,92</b>		<b>54,88</b>	<b>43,688</b>	<b>230,95</b>	<b>1 214,10</b>

Продукты не содержат ГМО