

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 22.09.2022 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
	Завтрак										
168	Каша манная молочная с масл и сах	150	3,96	22,94	22,94	141	200	4,52	4,07	30,57	177
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	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		11,74	39,95	64,63	404,38		13,49	22,4	77,74	475,18
	Обед										
32	Рассольник на к/б со сметаной	150	2,7	3,9	12,93	97,65	200	3,6	5,2	17,24	130,2
298	Ленивые голубцы в том/см соусе	60/110	8,18	17,37	18,44	332,64	70/130	9,27	17,37	18,44	269,28
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:		15,26	21,916	72,78	616,85		18,74	23,418	91,43	650,26
	"Уплотненный" полдник										
215	Омлет	150	13,52	18,77	3,36	234,38	200	18,02	25,02	4,48	312,5
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
469	Булочка ванильная	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:		19,42	22,265	67,01	514,21		25,33	29	82,12	648,54
	Всего:		46,42	84,131	204,42	1535,44		57,56	74,818	251,29	1773,98

Продукты не содержат ГМО