

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 28.06.2022 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										
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, сыром	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
	Обед										
22	Салат из сол.огурца с зелен.горош	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	69,47	200	1,74	3,52	9,67	92,62
304	Плов рисовый с курами	150	9,4	9,37	26,02	222,6	200	12,53	12,49	34,69	296,8
102	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	15,55	65,83	200	0,68	0,28	20,74	87,78
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:		18,36	15,24	87,87	558,1		24,11	19,99	115,58	735,02
	"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:		44,8	46,615	177,91	1188,36		59,96	71,86	256,16	1791,13

Продукты не содержат ГМО