

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 28.09.2022 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>										
93	Каша Дружба молочная с мас и сах	150	4,14	4,71	20	134,17	200	5,52	6,29	26,7	178,9
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
	<b>Итого:</b>		<b>11,92</b>	<b>21,72</b>	<b>61,69</b>	<b>397,55</b>		<b>14,49</b>	<b>24,62</b>	<b>73,87</b>	<b>477,08</b>
	<b>Обед</b>										
90	Салат из свежих помидор	40	0,38	2,45	1,23	28,56	60	0,57	3,68	1,84	42,84
67	Щи на к/б со смет	150	1,04	2,93	5,09	35	200	1,74	4,88	9,21	85
637	Гуляш из м/к с картофельным пюре	60/110	7,74	10,38	19,66	239,2	80/120	17,53	13,3	29,46	342
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>13,54</b>	<b>16,406</b>	<b>67,39</b>	<b>489,32</b>		<b>25,71</b>	<b>22,708</b>	<b>96,26</b>	<b>720,62</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
87,00	Печенье	12,00	0,89	1,47	11,16	62,55	15,00	1,12	1,47	11,16	62,55
	<b>Итого:</b>		<b>12,84</b>	<b>6,15</b>	<b>38,89</b>	<b>225,01</b>		<b>16,50</b>	<b>6,84</b>	<b>49,33</b>	<b>284,87</b>
	<b>Всего:</b>		<b>38,30</b>	<b>44,27</b>	<b>167,97</b>	<b>1111,88</b>		<b>56,7</b>	<b>54,168</b>	<b>219,46</b>	<b>1482,57</b>

Продукты не содержат ГМО