

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 28.12.2022 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 ячневая молочная	150	5,28	5,7	27,6	184,2	200	7,04	7,6	36,8	245,6
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
1,00	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,50	179,52
	Итого:		13,06	22,48	70,85	450,74		16,01	25,63	86,04	547,99
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	Обед										
90	Салат из свежей капусты	40	0,56	2,43	3,6	34,96	60	0,84	3,64	5,41	52,44
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
382	Картофельная запеканка с м/к	150	19,14	18,58	13,82	300,56	200	25,53	24,78	18,43	400,75
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:		25,39	24,296	66,08	591,55		33,98	32,788	89,26	796,59
	"Уплотненный" полдник										
88/71	Рыбное суфле с винегретом	70/100	7,82	9,85	11,87	173,72	90/110	9,03	11,74	13,88	204,84
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
	Итого:		9,52	11,415	36,28	263,1		11,74	13,39	45,98	318,83
	Всего:		48,47	58,291	183,31	1351,39		62,38	71,938	234,41	1723,21

Продукты не содержат ГМО