

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 Л.А. Сборнова

Меню на 30.05.2022 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>										
204	Макароны с маслом и сах	150	9,29	10,01	22,71	218	200	11,17	10,28	31,78	264
885	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,44	200	1,36	0	29,02	121,52
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
161	Яйцо 1/2	20	2,55	2,3	0,14	31,5	20	2,55	2,3	0,14	31,5
	<b>Итого:</b>		<b>17,49</b>	<b>26,6</b>	<b>72,31</b>	<b>515,33</b>		<b>19,85</b>	<b>27,29</b>	<b>89,44</b>	<b>596,54</b>
	<b>2-ой завтрак</b>										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	<b>Обед</b>										
35	Суп Уральский на м/б	150	2,12	3,06	7,81	70,95	200	3,56	5,12	14,17	117
161/85	Мясная котлета с гречнев. гарнир.	60/110	14,75	14,61	39,48	341,55	70/130	16,63	16,64	43,49	382,27
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>21,25</b>	<b>18,316</b>	<b>88,7</b>	<b>599,06</b>		<b>26,06</b>	<b>22,608</b>	<b>113,41</b>	<b>750,05</b>
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
321	Картофельное пюре с кабач. икрой	50/110	2,65	4,78	17,88	126	60/120	3,42	6,21	22,74	161,4
72	Молоко	150	4,4	3,8	7,2	79,5	200	5,8	5	9,6	106
469	Булочка нарезная	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
	<b>Итого:</b>		<b>12,9</b>	<b>12,06</b>	<b>80,4</b>	<b>482</b>		<b>16,46</b>	<b>15,17</b>	<b>98,88</b>	<b>599</b>
	<b>Всего:</b>		<b>52,14</b>	<b>57,076</b>	<b>251,51</b>	<b>1642,39</b>		<b>63,02</b>	<b>65,198</b>	<b>314,86</b>	<b>2005,39</b>

Продукты не содержат ГМО