

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 30.06.2022 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										
168	Каша манная молочная	150	3,4	3,96	22,94	141	200	4,52	4,07	30,57	177
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	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		11,18	20,97	64,63	404,38		13,49	22,4	77,74	475,18
	2-ой завтрак										
	Яблоко	100	0,8	5,5	4,3	67,1	100	0,8	5,5	4,3	67,1
	Обед										
15	Салат Летний с растит маслом	50	0,587	1,09	2,306	21,85	60	0,738	2,112	2,964	34,42
197	Рассольник на к/б со сметаной	150	4,392	6,649	16,942	150,59	200	5,393	7,002	19,39	168,6
298	Ленивые голубцы в том/см соусе	150	14,43	15,288	10,38	230,09	200	16,609	18,705	13,414	280,64
859	Компот из с/ф и яблока	150	0,189	0,12	14,69	61,35	200	0,229	0,16	20,66	86
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:		23,758	23,787	67,518	580,48		28,549	28,819	87,888	727,16
	"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
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
469	Булочка ванильная	80	5,09	3,4	50,4	253	90	5,72	3,8	56,7	284,6
	Итого:		19,42	22,265	67,01	514,21		25,33	29	82,12	648,54
	Всего:		55,158	72,522	203,458	1566,17		68,169	85,719	252,048	1917,98

Продукты не содержат ГМО