

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 30.08.2022 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 рисовая молочная с мас и сах | 150 | 4,16 | 6,77 | 24,38 | 177,16 | 200 | 5,5 | 9,03 | 32,5 | 236,21 |
| 397 | Кофе напиток 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: | | 11,94 | 23,78 | 66,07 | 440,54 | | 14,47 | 27,36 | 79,67 | 534,39 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 100 | Соленый огурец | 50 | 0,63 | 5,04 | 3,88 | 63,4 | 60 | 0,76 | 6,2 | 4,02 | 68 |
| 34 | Свекольник на к/б со смет | 150 | 1,31 | 2,64 | 7,25 | 169,47 | 200 | 1,74 | 3,52 | 9,67 | 192,62 |
| 9 | Овощное рагу с курами | 150 | 7,23 | 10,12 | 10,15 | 158 | 200 | 9,64 | 13,49 | 13,53 | 210,74 |
| 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: | | 13,55 | 18,446 | 62,69 | 577,43 | | 18,01 | 24,058 | 82,97 | 722,14 |
| | "Уплотненный" полдник | | | | | | | | | | |
| 48 | Творожно-манн запек со сгущ.мол. | 120/30 | 14,61 | 10,05 | 14,29 | 255,8 | 150/30 | 17,54 | 12,06 | 17,15 | 297 |
| 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 | 282,63 | | 19,13 | 12,24 | 38,09 | 348,44 |
| | Всего: | | 40,91 | 52,371 | 156,3 | 1300,6 | | 51,61 | 63,658 | 200,73 | 1604,97 |

Продукты не содержат ГМО