

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова _____

Меню на 30.12.2022 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
	Завтрак									
91	Каша пшенная молочная	150	5,55	2,63	29,33	156	200	7,4	3,5	39,1
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5
	Итого:		13,33	19,41	72,58	422,54		16,37	21,53	88,34
	2-ой завтрак									
338	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8
	Обед									
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78
35	Суп лапша на к/б	150	1,61	1,7	10,2	62,8	200	2,68	2,83	17,14
9	Овощное рагу с курами	150	7,23	10,12	10,15	158	200	9,64	13,49	13,53
241	Компот из с/ф	150	0,22	0,006	18,21	69,96	200	0,29	0,008	24,29
122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	30	2,28	0,24	14,76
123	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	50	3,3	0,6	16,7
	Итого:		13,35	12,466	62,54	416,57		18,32	17,168	87,2
	"Уплотненный" полдник									
204,00	Макароны с маслом и сах	150	9,29	10,01	22,71	218,00	200	11,17	10,28	31,78
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84
	Итого:		10,1	10,105	35,96	244,83		12,76	10,46	52,72
	Всего:		37,2	41,981	182,97	1133,14		47,97	49,158	243,06

Продукты не содержат ГМО

Ккал
208
122,87
179,52
510,39
61,5
9,21
104,7
210,74
93,28
70,5
87
575,43
264,00
4,44
47
315,44
1462,76