

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 4.10.2023г.
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	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											
400	Молоко кипячёное	150	4,56	4,06	7,55	84,99	200	6,08	5,42	10,07	113,3
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
56	Гуляш из мяса кур	60	10,05	8,55	2,72	129,93	70	11,72	9,97	3,17	151,58
321	Картофельное пюре	100	2,04	3,2	13,62	92	130	2,65	4,16	17,7	119,6
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:			18,41	20,076	68,88	641,36		22,74	24,698	90,31	782,58
"Уплотненный" полдник											
212	Творожно-манный пудинг со сгущ мол	120/30	53,59	6,4	24,8	228,8	150/30	67	8	31	286
152	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,07	7,00	28,50	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого:			54,5	6,55	36,72	280,8		68,72	8,26	50,14	371
Всего:			90,53	53,166	184	1457,89		113,55	64,008	236,56	1814,87

Продукты не содержат ГМО