

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 6.12.2023 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 масл. и сах.	150	4,16	6,77	24,38	177,16	200	5,5	9,03	32,5	236,21
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, сыром	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		11,94	23,55	67,63	443,7		14,47	27,06	81,74	538,6
2-ой завтрак											
338	Яблоко	100	0,8	5,5	4,3	67,1	100	0,8	5,5	4,3	67,1
Обед											
100	Соленый огурец	50	0,63	5,04	3,88	63,4	60	0,76	6,2	4,02	68
81	Суп гороховый на к/б	150	6,15	4,32	17,85	135,36	200	8,2	5,76	23,8	180,48
315/205	Гуляш из м/к с макаронами	70/110	10,95	11,68	22,88	224,47	80/120	12,17	12,98	25,43	249,41
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:		22,11	21,686	86,02	609,79		27	25,788	109	748,67
"Уплотненный" полдник											
212	Творожно-манный пудинг со сгущ.молоч	120/30	17,47	23,1	37,26	439,57	150/30	20,97	27,73	44,72	527,49
161	Яйцо 1/2	20	2,5	2,3	0,14	31,5	20	2,5	2,3	0,14	31,5
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	0,2	0,1	9,3	38
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		20,88	25,55	49,32	523,07		25,19	30,29	64	643,99
	Всего:		55,73	70,786	207,27	1643,66		67,46	88,638	259,04	1998,36

Продукты не содержат ГМО