

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова_____

Меню на 07.09.2023 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 | | | | | | | | | | |
| 93 | Каша Дружба молочная с мас и сах | 150 | 4,14 | 4,71 | 20 | 134,17 | 200 | 5,52 | 6,29 | 26,7 | 178,9 |
| 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, сыром | 30/4 | 6,63 | 18,29 | 37,69 | 254,39 | 30/5 | 7,77 | 19,71 | 39,5 | 274,5 |
| | Итого: | | 13,92 | 25,72 | 71,69 | 477,55 | | 17,49 | 29,62 | 84,87 | 572,06 |
| | 2-ой завтрак | | | | | | | | | | |
| 338 | Яблоко | 100 | 0,8 | 5,5 | 4,3 | 67,1 | 100 | 0,8 | 5,5 | 4,3 | 67,1 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 22 | Салат Летний с луком | 50 | 2,98 | 2,38 | 15,85 | 83,6 | 60 | 3,58 | 2,86 | 19,02 | 100,32 |
| 57 | Борщ на к/б со сметаной | 150 | 1,09 | 2,94 | 7,64 | 61,5 | 200 | 1,45 | 3,92 | 10,19 | 82 |
| 30 | Плов рисовый с м/к | 150 | 9,4 | 9,37 | 26,02 | 222,6 | 200 | 12,53 | 12,49 | 34,69 | 296,8 |
| 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: | | 14,87 | 12,956 | 75,07 | 470,66 | | 19,85 | 17,258 | 100,63 | 629,58 |
| | "Уплотненный" полдник | | | | | | | | | | |
| 215 | Омлет | 85 | 7,3 | 11,1 | 1,57 | 136 | 105 | 9,04 | 13,7 | 2,26 | 168 |
| 152,00 | 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 |
| 469 | Булочка Домашняя | 80 | 5,09 | 3,4 | 50,4 | 253 | 90 | 5,72 | 3,8 | 56,7 | 284,6 |
| | Итого: | | 13,3 | 14,65 | 63,89 | 441 | | 16,48 | 17,76 | 78,1 | 537,6 |
| | Всего: | | 42,89 | 58,826 | 214,95 | 1456,31 | | 54,62 | 70,138 | 267,9 | 1 806,34 |

Продукты не содержат ГМО