

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова_____

Меню на 10.02.2023 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 геркулесовая молочная	150	4,99	8,525	16,98	149	200	6,66	11	22,64	187
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	28,5	179,52
	Итого:		12,77	25,305	60,23	415,54		15,63	29,03	71,88	489,39
	2-ой завтрак										
64,00	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	130	0,65	0,13	13,13	59,80
	Обед										
90	Салат из свежей капусты	40	0,56	2,43	3,6	34,96	60	0,84	3,64	5,41	52,44
35	Суп лапша на к/б	150	1,61	1,7	10,2	62,8	200	2,68	2,83	17,14	104,7
276	Жаркое по-домашнему с курами	150	12,38	11,23	13,02	180	200	16,51	14,97	17,37	280,14
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:		18,93	16,006	68,23	464,32		25,9	22,288	95,67	688,06
	"Уплотненный" полдник										
320/55	Суфле из печени с макаронами	80/100	18,29	12,54	6,46	261,23	90/110	20,41	12,25	20,97	291,57
87	Печенье	12	0,89	1,47	11,16	62,55	15	1,12	1,47	11,16	62,55
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:		19,99	14,105	30,87	350,61		23,12	13,9	53,07	405,56
	Всего:		51,69	55,416	159,33	1230,47		64,65	65,35	233,75	1 642,81

Продукты не содержат ГМО