

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

Меню на 10.08.2023 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	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		11,92	21,72	61,69	397,55		14,49	24,62	73,87	477,08
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	Обед										
22	Салат из сол.огурца 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 ванильная	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:		40,59	49,426	210,75	1355,21		51,47	59,768	265,73	1 704,06

Продукты не содержат ГМО