

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 Л.А. Сборнова

Меню на 10.11.2023 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
	<b>Завтрак</b>										
171	Суп вермишел молочный	150	4,3	3,9	14,12	108,6	200	5,74	5,2	18,83	179
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
	<b>Итого:</b>		<b>12,08</b>	<b>20,68</b>	<b>57,37</b>	<b>375,14</b>		<b>14,71</b>	<b>23,23</b>	<b>68,07</b>	<b>481,39</b>
	<b>2-ой завтрак</b>										
338	Яблоко	100	0,8	5,5	4,3	67,1	100	0,8	5,5	4,3	67,1
	<b>Обед</b>										
22	Салат из сол огурца и лука	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
57	Борщ на к/б со сметаной	150	1,09	2,94	7,64	61,5	200	1,45	3,92	10,19	82
315/205	Гуляш из м/к с картоф.пюре	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
	<b>Итого:</b>		<b>16,55</b>	<b>15,876</b>	<b>72,71</b>	<b>481,74</b>		<b>19,62</b>	<b>18,358</b>	<b>92,15</b>	<b>591,4</b>
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
321	Рис отварной с соусом	50/110	2,65	4,78	17,88	126	60/120	3,42	6,21	22,74	161,4
88	Суфле рыбное	60	7,61	2,45	5,33	74	70	10,09	3,26	6,79	97
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
	<b>Итого:</b>		<b>11,07</b>	<b>7,325</b>	<b>36,46</b>	<b>226,83</b>		<b>15,1</b>	<b>9,65</b>	<b>50,47</b>	<b>309,84</b>
	<b>Всего:</b>		<b>40,5</b>	<b>49,381</b>	<b>170,84</b>	<b>1150,81</b>		<b>50,23</b>	<b>51,238</b>	<b>214,99</b>	<b>1597,62</b>

Продукты не содержат ГМО