

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 11.04.2023 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 мас и сах	150	4,16	6,77	24,38	177,16	200	5,5	9,03	32,5	236,21
397	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,72	14	88,99	200	4,2	3,62	18,67	118,66
1,00	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,50	179,52
	Итого:		11,94	23,78	66,07	440,54		14,47	27,36	79,67	534,39
	2-ой завтрак										
401,00	Йогурт	150	0,78	0,67	1,13	14,58	180	0,94	0,97	1,36	17,49
	Обед										
35	Салат луковый с зелен.горошком	30	0,39	1,83	2,34	27,6	40	0,52	2,44	3,12	36,8
34	Свекольник на к/б со смет	150	1,31	2,64	7,25	169,47	200	1,74	3,52	9,67	192,62
9	Овощное рагу с курами	150	7,23	10,12	10,15	158	200	9,64	13,49	13,53	210,74
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:		13,31	15,236	61,15	541,63		17,77	20,298	82,07	690,94
	"Уплотненный" полдник										
174/51	Тефтели рыбные с кабачковой икрой	80/60	11,14	4,58	14,48	135,63	90/60	13,79	5,19	17,23	170,88
335	Макароны отварные	70	2,57	2,1	12,33	11,8	90	3,3	2,7	15,85	15,17
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:		14,52	6,775	40,06	174,26		18,68	8,07	54,02	237,49
	Всего:		39,77	45,791	167,28	1156,43		50,92	55,728	215,76	1 480,31

Продукты не содержат ГМО