

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

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 манная молочная с масл и сах	150	3,96	22,94	22,94	141	200	4,52	4,07	30,57	177
397	Кофе напиток 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
9	Морковь тёртая с сахаром	40	0,39	0,033	5,843	23,77	50	0,487	0,041	7,304	29,71
Итого:			11,74	39,95	64,63	404,38		13,49	22,4	77,74	475,18
2-ой завтрак											
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
Обед											
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
42	Суп с мучными клецками на к/б	150	3,83	1,29	12,68	100,95	200	5,1	1,72	16,9	138,151
298	Ленивые голубцы в том/см соусе	60/110	8,18	17,37	18,44	332,64	70/130	9,27	17,37	18,44	269,28
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:			16,39	19,306	72,53	620,15		20,24	19,94	91,09	658,211
"Уплотненный" полдник											
215	Омлет	150	13,52	18,77	3,36	234,38	200	18,02	25,02	4,48	312,5
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
469	Булочка ванильная	80	5,09	3,4	50,4	253	90	5,72	3,8	56,7	284,6
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого:			19,42	22,265	67,01	514,21		25,33	29	82,12	648,54
Всего:			48,05	81,621	214,27	1584,74		59,71	71,468	264,08	1841,731

Продукты не содержат ГМО