

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 12.09.2023 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											
91	Каша пшенная молочная	150	5,55	2,63	29,33	156	200	7,4	3,5	39,1	208
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:		13,33	19,64	71,02	419,38		16,37	21,83	86,27	506,18
2-ой завтрак											
400	Молоко кипячёное	150	4,56	4,06	7,55	84,99	200	6,08	5,42	10,07	113,3
Обед											
21	Салат из сол огурца и лука с зел горош	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
34	Свекольник на к/б со смет	150	1,31	2,64	7,25	69,47	200	1,74	3,52	9,67	92,62
336/633	Тушеная капуста с мясными биточками	150	2,99	5,57	14,24	118,5	200	3,98	7,42	18,98	158
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:		8,81	9,466	63,68	383,74		11,72	12,398	85,18	510,61
"Уплотненный" полдник											
255	Биточки рыбные в смет-томат соусе	60	7,61	2,45	5,33	74	70	10,09	3,26	6,79	97
25	Макароны отварные	90	2,18	3,22	22	126	130	3,15	4,65	31,78	182
152	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
	Итого:		10,7	5,82	39,25	252		14,96	8,17	57,71	364
	Всего:		37,40	38,99	181,50	1163,01		49,13	47,82	239,23	1 494,09

Продукты не содержат ГМО