

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

Меню на 14.07.2023 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
	Завтрак									
91	Каша пшенная молочная	150	5,55	2,63	29,33	156	200	7,4	3,5	39,1
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5
	Итого:		13,33	19,41	72,58	422,54		16,37	21,53	88,34
	2-ой завтрак									
241	Напиток из шиповника	150	0,22	0,006	18,21	69,96	200	0,29	0,008	24,29
	Обед									
51	Икра кабачковая	30	0,36	1,4	2,31	23,4	30	0,36	1,4	2,31
35	Суп лапша на к/б	150	1,61	1,7	10,2	62,8	200	2,68	2,83	17,14
9	Овощное рагу с курами	150	7,23	10,12	10,15	158	200	9,64	13,49	13,53
241	Компот из с/ф	150	0,22	0,006	18,21	69,96	200	0,29	0,008	24,29
122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	30	2,28	0,24	14,76
123	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	50	3,3	0,6	16,7
	Итого:		13,58	12,466	64,07	430,76		18,55	17,168	88,73
	"Уплотненный" полдник									
320/55	Суфле из печени с макаронами	80/100	18,29	12,54	6,46	261,23	90/110	20,41	12,25	20,97
152,00	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,07	7,00	28,50	200,00	0,20	0,10	9,30
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84
	Итого:		19,2	12,69	18,38	313,23		22,13	12,51	40,11
	Всего:		46,33	44,572	173,24	1236,49		57,34	51,216	241,47

Продукты не содержат ГМО

Ккал
208
122,87
179,52
510,39
93,28
23,4
104,7
210,74
93,28
70,5
87
589,62
291,57
38,00
47
376,57
1569,86