

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 14.08.2023 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											
204,00	Макароны с маслом и сах	150	9,29	10,01	22,71	218,00	200	11,17	10,28	31,78	264,00
885,00	Кисель	150	1,02	-	21,77	91,44	200	1,36	-	29,02	121,52
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:		14,94	24,30	72,17	483,83		17,30	24,99	89,30	565,04
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 из лука с зелён.горошком	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
35,00	Суп Уральский на м/б	150	2,12	3,06	7,81	70,95	200	3,56	5,12	14,17	117,00
161/85	Котлета из м/г с гречнев. гарнир.	60/110	14,75	14,61	39,48	341,55	70/130	16,63	16,64	43,49	382,27
241,00	Компот из с/ф	150,00	0,22	0,01	18,21	69,96	200,00	0,29	0,01	24,29	93,28
122,00	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50
123,00	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60	50,00	3,30	0,60	16,70	87,00
	Итого:		21,38	18,93	89,48	608,27		26,19	23,22	114,19	759,26
"Уплотненный" полдник											
321	Картофельное пюре с кабач. икрой	50/110	2,65	4,78	17,88	126	60/120	3,42	6,21	22,74	161,4
152,00	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,07	7,00	28,50	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00
469	Булочка Нарезная	80	5,09	3,4	50,4	253	90	5,72	3,8	56,7	284,6
122,00	Хлеб пшеничный	10,00	0,76	0,08	4,92	23,50	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00
	Итого:		8,65	8,33	80,20	431,00		10,86	10,27	98,58	531,00
	Всего:		44,97	51,56	241,85	1 523,10		54,35	58,48	302,07	1 855,30

Продукты не содержат ГМО