

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 Л.А. Сборнова\_\_\_\_\_

Меню на 15.06.2023 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
	<b>Завтрак</b>										
93	Каша Дружба молочная с мас и сах	150	4,14	4,71	20	134,17	200	5,52	6,29	26,7	178,9
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
	<b>Итого:</b>		11,92	21,72	61,69	397,55		14,49	24,62	73,87	477,08
	<b>2-ой завтрак</b>										
338	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8	61,5
	<b>Обед</b>										
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
57	Борщ на к/б со сметаной	150	1,09	2,94	7,64	61,5	200	1,45	3,92	10,19	82
30	Плов рисовый с м/к	150	9,4	9,37	26,02	222,6	200	12,53	12,49	34,69	296,8
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
	<b>Итого:</b>		14,87	12,956	75,07	470,66		19,85	17,258	100,63	629,58
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
215	Омлет	85	7,3	11,1	1,57	136	105	9,04	13,7	2,26	168
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
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
49	Булочка Домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179	80	5,82	10,01	43,13	286
	<b>Итого:</b>		11,85	17,51	40,45	367		16,58	23,97	64,53	539
	<b>Всего:</b>		<b>39,06</b>	<b>52,186</b>	<b>189,1</b>	<b>1284,41</b>		<b>51,44</b>	<b>65,848</b>	<b>253,83</b>	<b>1 707,16</b>

Продукты не содержат ГМО