

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 15.08.2023 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											
91	Каша пшеничная 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											
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
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	Тушеная капуста с м/г	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
315	Рис отварной	90	2,18	3,22	22	126	130	3,15	4,65	31,78	182
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
87	Печенье	12	0,89	1,47	11,16	62,55	15	1,12	1,47	11,16	62,55
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		11,59	7,29	50,41	314,55		16,08	9,64	68,87	426,55
	Всего:		34,23	36,50	195,21	1163,01		44,82	44,00	253,45	1 503,14

Продукты не содержат ГМО