

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 17.03.2023 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											
171	Суп вермишел молочный	150	4,3	3,9	14,12	108,6	200	5,74	5,2	18,83	179
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:		12,08	20,91	55,81	371,98		14,71	23,53	66	477,18
2-ой завтрак											
	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8	61,5
Обед											
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
76	Рассольник на к/б со сметаной	150	2,7	3,9	12,93	97,65	200	3,6	5,2	17,24	130,2
336	Капуста тушеная с курами	150	3,98	7,42	18,98	158	200	5,3	9,89	25,3	210,7
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:		11,19	12,576	74,1	451,42		14,9	16,548	99,07	600,89
"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
255	Котлеты рыбные	60	7,61	2,45	5,33	74	70	10,09	3,26	6,79	97
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		11,07	7,325	36,46	226,83		15,1	9,65	50,47	309,84
	Всего:		34,76	40,811	178,26	1099,43		45,23	49,728	230,34	1618,25

Продукты не содержат ГМО