

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 17.11.2023 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											
212	Творожно-манный пудинг со сгущ.моло	120/30	17,47	23,1	37,26	439,57	150/30	20,97	27,73	44,72	527,49
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
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:		25,25	39,88	80,51	706,11		29,94	45,76	93,96	829,88
2-ой завтрак											
338	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8	61,5
Обед											
100	Соленый огурец	50	0,63	5,04	3,88	63,4	60	0,76	6,2	4,02	68
35	Суп лапша на к/б	150	1,61	1,7	10,2	62,8	200	2,68	2,83	17,14	104,7
276	Жаркое по-домашнему с м/к	150	12,38	11,23	13,02	180	200	16,51	14,97	17,37	280,14
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:		19	18,616	68,51	492,76		25,82	24,848	94,28	703,62
"Уплотненный" полдник											
320/55	Суфле из печени гов. с гречнев.гарниро	80/100	18,29	12,54	6,46	261,23	90/110	20,41	12,25	20,97	291,57
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:		19,1	12,635	19,71	288,06		22	12,43	41,91	343,01
	Всего:		63,35	71,131	168,73	1486,93		77,76	83,04	244,95	1 938,01

Продукты не содержат ГМО