

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 18.10.2023 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
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, сыром	30/4	6,63	18,29	37,69	254,39	30/5	7,77	19,71	39,5	274,5
	Итого:		15,33	23,41	82,58	502,54		19,37	26,53	99,34	605,37
	2-ой завтрак										
338	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8	61,5
	Обед										
22	Салат из сол.огурца с луком и раст масл	50	2,98	2,38	15,85	83,6	60	3,58	2,86	19,02	100,32
42	Суп с мучными клецками на к/б	150	3,83	1,29	12,68	100,95	200	5,1	1,72	16,9	138,151
255/321	Биточки из к/м с картоф.пюре	60/110	8,7	9,48	18,03	198,81	70/130	11,24	10,54	20,04	220,9
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:		19,89	13,796	87,97	569,92		25,79	15,968	111,71	710,151
	"Уплотненный" полдник										
136	Творожно-рисовый пудинг со сгущ.	120/30	17,67	11,93	22,71	268,8	150/30	22,09	14,91	28,39	336
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:		18,48	12,025	35,96	295,63		23,68	15,09	49,33	387,44
	Всего:		54,12	49,23	218,40	1320,57		69,36	57,59	275,18	1 764,46

Продукты не содержат ГМО