

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова _____

Меню на 19.05.2023 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
	Завтрак									
91	Каша пшеничная молочная	150	5,55	2,63	29,33	156	200	7,4	3,5	39,1
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5
	Итого:		13,33	19,41	72,58	422,54		16,37	21,53	88,34
	2-ой завтрак									
338	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8
	Обед									
100	Соленый огурец	50	0,63	5,04	3,88	63,4	60	0,76	6,2	4,02
35	Суп лапша на к/б	150	1,61	1,7	10,2	62,8	200	2,68	2,83	17,14
9	Овощное рагу с курами	150	7,23	10,12	10,15	158	200	9,64	13,49	13,53
241	Компот из с/ф	150	0,22	0,006	18,21	69,96	200	0,29	0,008	24,29
122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	30	2,28	0,24	14,76
123	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	50	3,3	0,6	16,7
	Итого:		13,85	12,466	65,64	470,76		18,95	17,168	90,44
	"Уплотненный" полдник									
320/55	Суфле из печени с макаронами	80/100	18,29	12,54	6,46	261,23	90/110	20,41	12,25	20,97
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1
87	Печенье	12	0,89	1,47	11,16	62,55	15	1,12	1,47	11,16
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84
	Итого:		19,99	14,105	30,87	350,61		23,12	13,9	53,07
	Всего:		47,59	45,981	180,98	1293,11		58,96	52,598	246,65

Продукты не содержат ГМО

Ккал
208
122,87
179,52
510,39
61,5
68
104,7
210,74
93,28
70,5
87
634,22
291,57
4,44
62,55
47
405,56
1611,67