

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 20.11.2023 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
<b>Завтрак</b>											
168	Каша ячневая молочная	150	5,28	5,7	27,6	184,2	200	7,04	7,6	36,8	245,6
885	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,44	200	1,36	0	29,02	121,52
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	<b>Итого:</b>		10,93	19,99	77,06	450,03		13,17	22,31	94,32	546,64
<b>2-ой завтрак</b>											
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
<b>Обед</b>											
100	Соленый огурец	25	0,12	0	0,24	1,98	25	0,12	0	0,24	1,98
79	Суп полевой с рыб.конс.	150	7,71	7,32	15,30	166,60	200	8,54	9,00	21,80	202,00
116	Мясная котлетаиз м/г с горох пюре	60/110	25,36	12,7	28,37	295,3	80/120	27,05	12,95	32,35	357,5
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
	<b>Итого:</b>		37,57	20,666	85,32	650,44		41,58	22,798	110,14	812,26
<b>"Уплотненный" полдник</b>											
57	Суп гречневый молочный	150	4,5	6,98	16,3	144,5	200	7	10,4	25	222,4
161	Яйцо 1/2	20	2,5	2,3	0,14	31,5	20	2,5	2,3	0,14	31,5
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
49	Булочка Домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179	80	5,82	10,01	43,13	286
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	<b>Итого:</b>		11,45	15,635	56,65	381,83		16,91	22,89	89,21	591,34
	<b>Всего:</b>		<b>60,45</b>	<b>56,391</b>	<b>229,13</b>	<b>1528,3</b>		<b>72,31</b>	<b>68,128</b>	<b>306,8</b>	<b>2010,04</b>

Продукты не содержат ГМО