

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 20.12.2023 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											
93	Каша Дружба молочная с мас и сах	150	4,14	4,71	20	134,17	200	5,52	6,29	26,7	178,9
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	6,63	18,29	37,69	254,39	30/5	7,77	19,71	39,50	274,50
	Итого:		13,92	25,72	71,69	477,55		17,49	29,62	84,87	572,06
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
67	Щи на г/б со смет	150	1,04	2,93	5,09	35	200	1,74	4,88	9,21	85
320	Суфле из м\к	60	5,92	6,24	1,1	153	70	8,5	10,52	2,2	196,7
321	Картофельное пюре	100	2,04	3,2	13,62	92	130	2,65	4,16	17,7	119,6
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:		14,01	18,056	65,1	529,96		19,52	26,608	88,88	720,08
"Уплотненный" полдник											
212	Творожно-манный пудинг со сгущ.молок	120/30	17,47	23,1	37,26	439,57	150/30	20,97	27,73	44,72	527,49
132	Печенье	18	2,64	0,48	13,36	69,6	20	3,3	0,6	16,7	87
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:		20,92	23,68	63,87	536,00		25,86	28,51	82,36	578,93
	Всего:		49,27	67,45	212,55	1103,7		63,39	84,74	270,91	1 932,57

Продукты не содержат ГМО