

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 25.09.2023 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         |
| 161      | Яйцо 1                            | 40                     | 5,10         | 4,60          | 0,28          | 63,00         | 40                    | 5,10         | 4,60          | 0,28          | 63,00          |
|          | <b>Итого:</b>                     |                        | 16,03        | 24,59         | 77,34         | 513,03        |                       | 18,27        | 26,91         | 94,6          | 609,64         |
|          | <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 на м/б                | 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          |
| 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>                     |                        | 8,95         | 13,335        | 56,51         | 350,33        |                       | 14,41        | 20,59         | 89,07         | 559,84         |
|          | <b>Всего:</b>                     |                        | <b>63,05</b> | <b>58,691</b> | <b>229,27</b> | <b>1559,8</b> |                       | <b>74,91</b> | <b>70,428</b> | <b>306,94</b> | <b>2041,54</b> |

Продукты не содержат ГМО