

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 25.12.2023 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											
57	Суп гречневый молочный	150	4,5	6,98	16,3	144,5	200	7	10,4	25	222,4
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
	Итого:		10,15	21,27	65,76	410,33		13,13	25,11	82,52	523,44
2-ой завтрак											
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
Обед											
22	Салат из сол.огурца с луком	50	2,98	2,38	15,85	83,6	60	3,58	2,86	19,02	100,32
40	Суп сборно-овощной со смет	150	3	4,8	15,03	111,75	200	4	6,4	20,04	149
32/63	Мясн суфле из говядины с макар	70/100	14,10	10,71	27,81	263,37	80/120	17,42	13,37	38,08	341,00
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:		21,48	16,156	84,25	561,68		27,29	20,618	113,87	740,78
"Уплотненный" полдник											
235	Картофель туш в молоке	150	3,26	9,14	22,64	189,14	200	4,34	12,18	30,18	252,18
138	Чай с сахаром	150	2,34	2,43	13,27	81,96	200	3,12	3,24	17,7	109,28
49	Булочка домашняя	90	5,4	4,86	56,7	294,9	100	6	5,4	63	329,7
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		11,76	16,51	97,53	589,5		14,98	20,98	120,72	738,16
	Всего:		43,39	53,936	247,54	1561,51		55,4	66,708	317,11	2002,38

Продукты не содержат ГМО