

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 26.09.2023 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
	Завтрак										
91	Каша пшенная молочная	150	5,55	2,63	29,33	156	200	7,4	3,5	39,1	208
397	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,72	14	88,99	200	4,2	3,62	18,67	118,66
1	Батон с маслом, сыром	30/4	6,63	18,29	37,69	254,39	30/5	7,77	19,71	39,50	274,50
	Итого:		15,33	23,64	81,02	499,38		19,37	26,83	97,27	601,16
	2-ой завтрак										
338	Яблоко	120	0,42	-	11,89	49,20	150	0,52	-	14,80	61,50
	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
34	Свекольник на к/б со смет	150	1,31	2,64	7,25	169,47	200	1,74	3,52	9,67	192,62
9	Овощное рагу	150	7,23	10,12	10,15	158	200	9,64	13,49	13,53	210,74
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:		15,9	15,786	74,66	597,63		20,83	20,718	97,97	754,46
	"Уплотненный" полдник										
174/51	Тефтели рыбные с кабачковой икрой	80/60	11,14	4,58	14,48	135,63	90/60	13,79	5,19	17,23	170,88
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
87	Печенье	12	0,89	1,47	11,16	62,55	15	1,12	1,47	11,16	62,55
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		12,84	6,145	38,89	225,01		16,5	6,84	49,33	284,87
	Всего:		44,07	45,571	194,57	1322,02		56,7	54,388	244,57	1 701,99

Продукты не содержат ГМО