

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 27.10.2023 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											
171	Суп вермишел молочный	150	4,3	3,9	14,12	108,6	200	5,74	5,2	18,83	179
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
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:		12,08	20,68	57,37	375,14		14,71	23,23	68,07	481,39
2-ой завтрак											
	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8	61,5
Обед											
21	Салат из свеклы с солен.огурцами	40	0,51	4,03	3,11	50,72	60	0,76	6,05	4,66	76,08
76	Рассольник на к/б со сметаной	150	2,7	3,9	12,93	97,65	200	3,6	5,2	17,24	130,2
26/85	Гуляш из мяса кур с гречн.гарн.	70/110	10,05	8,55	2,72	129,93	80/120	11,72	9,97	3,17	151,58
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:		17,64	17,126	60,17	464,86		21,95	22,068	80,82	608,64
"Уплотненный" полдник											
136	Творожно-рисовый пудинг со сгущ.	120/30	17,67	11,93	22,71	268,8	150/30	22,09	14,91	28,39	336
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:		18,48	12,025	35,96	295,63		23,68	15,09	49,33	387,44
	Всего:		48,62	49,831	165,39	1184,83		60,86	60,388	213,02	1690,49

Продукты не содержат ГМО