

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 28.11.2023 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											
73	Суп рисовый молочный с маслом	150	6	6,82	20,92	168	200	8	9,1	27,9	224
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	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		13,78	23,83	62,61	431,38		16,97	27,43	75,07	522,18
338	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8	61,5
Обед											
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
37	Суп крестьянский со смет на к/б	150	1,38	4,63	9,24	84,34	200	1,84	6,18	12,33	112,46
328/132	Капуста тушеная с курин.биточками	150	3,98	7,42	18,98	158	200	5,3	9,89	25,3	210,7
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:		9,74	12,696	69,63	428,9		13,01	16,918	93,38	573,94
"Уплотненный" полдник											
255	Рыбное суфле в смет-томат соусе	60	7,61	2,45	5,33	74	70	10,09	3,26	6,79	97
315	Салат овощной	90	2,18	3,22	22	120,6	110	3,15	4,65	31,78	171
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	0,2	0,1	9,3	38
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		0,91	0,15	11,92	52		1,72	0,26	19,14	85
	Всего:		24,85	36,676	156,05	961,48		32,22	44,608	202,39	1242,62

Продукты не содержат ГМО