

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова _____

Меню на 29.05.2023 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 вермишелевый молочный	150	4,3	3,9	14,12	108,6	200	5,74	5,2	18,83	179
885	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,44	200	1,36	0	29,02	121,52
161,00	Яйцо 1/2	20	2,55	2,30	0,14	31,50	20	2,55	2,30	0,14	31,50
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:		12,5	20,49	63,72	405,93		14,42	22,21	76,49	511,54
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	Обед										
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
83	Суп картофель с фрик.из м/г	150	9,95	7,77	23,16	202,5	200	13,26	10,36	30,88	270
336	Тушеная капуста с м/г	150	2,99	5,57	14,24	118,5	200	3,98	7,42	18,98	158
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:		17,45	14,596	79,59	516,77		23,24	19,238	106,39	687,99
	"Уплотненный" полдник										
235	Картофель туш с овощами	150	3,26	9,14	22,64	189,14	200	4,34	12,18	30,18	252,18
394	Чай с сахаром и молоком	150	2,22	1,95	11,92	74,16	200	2,96	2,6	15,9	98,88
469	Булочка ванильная	80	5,09	3,4	50,4	253	90	5,72	3,8	56,7	284,6
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		11,33	14,57	89,88	539,8		14,54	18,74	112,62	682,66
	Всего:		41,78	49,756	243,29	1508,5		52,85	60,318	308,63	1941,99

Продукты не содержат ГМО