

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова \_\_\_\_\_

Меню на 30.11.2023 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
	<b>Завтрак</b>										
93	Каша Дружба молочная с мас и сах	150	4,14	4,71	20	134,17	200	5,52	6,29	26,7	178,9
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, сыром	30/4/11	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5/15	4,77	14,71	28,5	179,52
	<b>Итого:</b>		11,92	21,49	63,25	400,71		14,49	24,32	75,94	481,29
	<b>2-ой завтрак</b>										
885	Кисель	150	1,02	-	21,77	91,44	200	1,36	-	29,02	121,52
	<b>Обед</b>										
21	Салат из сол огурца и лука с зел горош	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
57	Борщ на к/б со сметаной	150	1,09	2,94	7,64	61,5	200	1,45	3,92	10,19	82
30	Плов рисовый с м/к	150	9,4	9,37	26,02	222,6	200	12,53	12,49	34,69	296,8
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
	<b>Итого:</b>		15	13,566	75,85	479,87		19,98	17,868	101,41	638,79
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
215	Омлет	85	7,52	13,46	1,57	157	105	9,28	18,03	1,86	193
9	Морковь тёртая с сахаром	40	0,39	0,033	5,843	23,77	50	0,487	0,041	7,304	29,71
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
49	Булочка Домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179	80	5,82	10,01	43,13	286
	<b>Итого:</b>		12,36	19,848	47,623	386,6		17,177	28,261	73,234	560,15
	<b>Всего:</b>		<b>40,3</b>	<b>54,904</b>	<b>208,493</b>	<b>1358,62</b>		<b>53,007</b>	<b>70,449</b>	<b>279,604</b>	<b>1 801,75</b>

Продукты не содержат ГМО