

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

Меню на 31.07.2023 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										
183	Плов сладкий с морковью	150	3,3	10,2	49,5	183,9	200	13,6	66	406	245,6
885	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,44	200	1,36	0	29,02	121,52
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:		8,95	24,49	98,96	449,73		19,73	80,71	463,52	546,64
	2-ой завтрак										
400	Молоко кипячёное	150	4,56	4,06	7,55	84,99	200	6,08	5,42	10,07	113,3
	Обед										
22	Салат из сол.огурца с зел.горошком	40	2,38	1,9	12,68	66,9	50	2,98	2,38	15,85	83,6
79,00	Суп полевой на м/б	150	7,71	7,32	15,30	166,60	200	8,54	9,00	21,80	202,00
116	Мясная котлетаиз м/г с горох пюре	60/110	25,36	12,7	28,37	295,3	80/120	27,05	12,95	32,35	357,5
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:		39,83	22,566	97,76	715,36		44,44	25,178	125,75	893,88
	"Уплотненный" полдник										
57	Суп гречневый молочный	150	4,5	6,98	16,3	144,5	200	7	10,4	25	222,4
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
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:		10,4	10,475	79,95	424,33		14,31	14,38	102,64	558,44
	Всего:		63,74	61,591	284,22	1674,41		84,56	125,688	701,98	2112,26

Продукты не содержат ГМО