

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

Меню на 03.10.2024 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 | | | | | | | | | | |
| 93 | Каша Ассорти 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 | 30/4 | 6,63 | 18,29 | 37,69 | 254,39 | 30/5 | 7,77 | 19,71 | 39,5 | 274,5 |
| | Итого: | | 13,92 | 25,49 | 73,25 | 480,71 | | 17,49 | 29,32 | 86,94 | 576,27 |
| | 2-ой завтрак | | | | | | | | | | |
| 64 | Сок фруктовый | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 130 | 0,65 | 0,13 | 13,13 | 59,80 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 35 | Салат луковый | 10 | 0,13 | 0,61 | 0,78 | 9,21 | 10 | 0,13 | 0,61 | 0,78 | 9,21 |
| 79 | Суп полевой со сметаной | 150 | 7,71 | 7,32 | 15,3 | 166,6 | 200 | 8,54 | 9 | 21,8 | 202 |
| 298 | Ленивые голубцы из м/г в том/см соусе | 60/110 | 8,18 | 17,37 | 18,44 | 332,64 | 70/130 | 9,27 | 17,37 | 18,44 | 269,28 |
| 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: | | 20,4 | 25,946 | 75,93 | 695,01 | | 23,81 | 27,828 | 96,77 | 731,27 |
| | "Уплотненный" полдник | | | | | | | | | | |
| 215 | Омлет | 85 | 7,52 | 13,46 | 1,57 | 157 | 105 | 9,28 | 18,03 | 1,86 | 193 |
| 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 |
| | Итого: | | 11,97 | 19,815 | 41,78 | 362,83 | | 16,69 | 28,22 | 65,93 | 530,44 |
| | Всего: | | 46,79 | 71,351 | 201,06 | 1584,55 | | 58,64 | 85,498 | 262,77 | 1 897,78 |

Продукты не содержат ГМО