

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 4.07.2024 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										
168	Каша геркулесовая молочная	150	4,99	8,525	16,98	149	200	6,66	11	22,64	187
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
2	Батон с маслом	30/4	2,304	3,14	14,78	96,66	30/5	2,31	3,87	14,79	103,25
	Итого:		10,444	14,155	47,32	337,81		13,17	18,19	58,17	413,12
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	Обед										
76	Рассольник на к/б со сметаной	150	2,7	3,9	12,93	97,65	200	3,6	5,2	17,24	130,2
336	Капуста тушеная с курами	150	3,98	7,42	18,98	158	200	5,3	9,89	25,3	210,7
394	Компот из с/ф	150	0,133	0	11,74	47,49	180	0,152	0	16,27	65,68
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:		10,973	11,96	66,85	419,74		14,632	15,93	90,27	564,08
	"Уплотненный" полдник										
215	Омлет	150	13,52	18,77	3,36	234,38	200	18,02	25,02	4,48	312,5
8	Батон с джемом	20\25	5,85	3,60	32,31	287,20	20\25	6,5	4	35,9	308
392	Чай с сахаром	150	0,09	0,022	4,03	16,67	200	0,11	0,027	4,037	16,814
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		20,22	22,472	44,62	561,75		26,15	29,207	54,257	684,314
	Всего:		41,637	48,587	158,79	1319,3		53,952	63,327	202,697	1721,314

Продукты не содержат ГМО