

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 4.10.2024 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											
215	Омлет	150	13,52	18,77	3,36	234,38	200	18,02	25,02	4,48	312,5
248	Какао с молоком	150	3,7	3,97	4,13	89,43	200	4,9	5,27	4,15	113,64
1	Батон с маслом	30/4	6,63	18,29	37,69	254,39	30/5	7,77	19,71	39,50	274,50
	Итого:		23,85	41,03	45,18	405,8		30,69	50	48,13	488,18
2-ой завтрак											
241	Напиток из шиповника	150	0,22	0,006	18,21	69,96	200	0,29	0,008	24,29	93,28
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
315/51	Кнели из м/к с гречнев.гарниром и с	70/110	10,95	11,68	22,88	224,47	80/120	12,17	12,98	25,43	249,41
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:		18,03	16,226	77,22	508,68		21,64	19,028	98,42	630,39
"Уплотненный" полдник											
172/347	Суфле из рыбы с картоф.пюре	80/80	11,14	4,58	14,48	235,63	90/100	13,79	5,19	17,23	270,88
51	Икра кабачковая	30	0,36	1,4	2,31	23,4	30	0,36	1,4	2,31	23,4
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
	Итого:		12,31	6,075	30,04	285,86		15,74	6,77	40,48	345,72
	Всего:		54,41	63,337	170,65	1270,3		68,36	75,798	211,32	1675,61

Продукты не содержат ГМО