

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 5.07.2024 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
<b>Завтрак</b>											
171	Суп вермишел молочный	150	4,3	3,9	14,12	108,6	200	5,74	5,2	18,83	179
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	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,50	179,52
	<b>Итого:</b>		<b>12,63</b>	<b>22,16</b>	<b>45,94</b>	<b>372,42</b>		<b>15,41</b>	<b>25,18</b>	<b>51,48</b>	<b>472,16</b>
<b>2-ой завтрак</b>											
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
<b>Обед</b>											
22	Салат из сол огурца и лука	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
315/205	Гуляш из м/к с макаронами	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
	<b>Итого:</b>		<b>16,55</b>	<b>15,876</b>	<b>72,71</b>	<b>481,74</b>		<b>19,62</b>	<b>18,358</b>	<b>92,15</b>	<b>591,4</b>
<b>"Уплотненный" полдник</b>											
172	Тефтели рыбные в том\смет соусе	80/80	11,14	4,58	14,48	235,63	90/100	13,79	5,19	17,23	270,88
161	Яйцо 1/2	20	2,5	2,3	0,14	31,5	20	2,5	2,3	0,14	31,5
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
	<b>Итого:</b>		<b>14,81</b>	<b>8,375</b>	<b>30,18</b>	<b>317,36</b>		<b>18,24</b>	<b>9,07</b>	<b>40,62</b>	<b>377,22</b>
	<b>Всего:</b>		<b>44,49</b>	<b>46,511</b>	<b>158,93</b>	<b>1217,52</b>		<b>53,92</b>	<b>52,608</b>	<b>197,38</b>	<b>1638,16</b>

Продукты не содержат ГМО