

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 06.11.2024 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										
68	Морковь тертая с сахаром	30	0,4	1	3,1	22,6	40	0,7	2,1	4,7	40
168	Каша рисовая молочная с масл. и сах.	150	1,7	4	32,1	171,9	200	2	5,1	37,8	206,1
885	Кисель	150	0	0	22	91	200	0	0	25,6	106
2	Батон с маслом	30/4	2,4	5,7	15,6	123,9	30/5	2,4	6,5	15,6	131,3
	Итого:		4,5	10,7	72,8	409,4		4,4	11,6	79	443,4
	2-ой завтрак										
338	Йогурт	150	4,2	3,8	15,4	109,5	150	4,2	3,8	15,4	109,5
	Обед										
22	Салат с сол.огурцом и луком	30	0,4	2	2,1	29,3	40	0,5	2	2,8	33,9
57	Борщ на к/б со сметаной	150	5,3	7	22,4	178	200	6,8	8,9	27,2	219,9
310	Суфле из м\к	60	11,7	12,6	2,7	122,2	70	14,1	15,2	3,2	153,1
321	Макароны отварные с соусом	110	3,9	2,4	17,4	104,8	120	5,2	3,5	23,2	142,2
394	Компот из с/ф	150	0,1	0	11,5	46,6	180	0,2	0	16,1	65,1
122	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10,2	49	30	2,1	0,4	15,2	73,5
123	Хлеб ржаной	40	2	0,4	15,2	69,7	50	3,6	0,6	21,6	105,5
	Итого:		24,8	24,6	81,5	599,6		32,5	30,6	109,3	793,2
	"Уплотненный" полдник										
224	Творожно-манный пудинг с джемом	130\20	19,4	12,7	23,3	284,2	150\25	23,5	15,5	23,1	324,8
87	Печенье	15	4,5	4,7	10,3	100,9	20	5,5	5,7	11,7	107,6
248	Какао с молоком	150	1,2	3,8	7,9	59,8	200	1,1	2	11,8	69,7
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		25,8	21,3	46,6	469,4		31,5	23,4	56,8	551,1
	Всего:		59,3	60,4	216,3	1438		72,6	69,4	260,5	1899,9

Продукты не содержат ГМО