

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
О.С. Погосян

Меню на 06.12.2024 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>											
168	Каша геркулесовая молочная	150	6,4	8,3	20,3	182,1	200	7,5	10,2	22,7	235,9
397	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,72	14	88,99	200	5,3	5,7	12,7	122,7
1	Батон с маслом	30/4	2,4	5,7	15,6	123,9	30/5	2,4	6,5	15,6	131,3
	<b>Итого:</b>		<b>11,95</b>	<b>16,72</b>	<b>49,9</b>	<b>394,99</b>		<b>15,2</b>	<b>22,4</b>	<b>51</b>	<b>489,9</b>
2-ой завтрак											
338	Яблоко	150	0,4	0,3	17,1	78	180	0,5	0,3	20,5	93,6
<b>Обед</b>											
7	Салат из отварной свеклы с сол.огур	40	0,1	1	8,2	62,6	50	0,2	2	10,3	90,7
40	Суп сборно-овощной со смет	150	4,1	5,4	13,8	121	200	5,4	7,9	17,6	175,9
637	Котлета мясная с картофельным пюре	150	16,5	17	26,4	325	200	18,9	19,1	28,8	363,9
241	Компот из с/ф	150	0,1	0	11,5	46,6	200	0,2	0	16,1	65,8
122	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10,2	49	30	2,1	0,4	15,2	73,7
123	Хлеб ржаной	40	2	0,4	15,2	69,7	50	3,6	0,6	21,6	105,5
	<b>Итого:</b>		<b>24,2</b>	<b>24</b>	<b>85,3</b>	<b>673,9</b>		<b>30,4</b>	<b>30</b>	<b>109,6</b>	<b>875,5</b>
<b>"Уплотненный" полдник</b>											
168	Каша рисовая молочная с масл. и сах.	150	1,7	4	32,1	171,9	200	2	5,1	37,8	206,1
68	Морковь тертая с сахаром	30	0,4	1	3,1	22,6	40	0,7	2,1	4,7	40
132	Печенье	18	2,64	0,48	13,36	69,6	20	3,3	0,6	16,7	87
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	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	<b>Итого:</b>		<b>5,49</b>	<b>5,595</b>	<b>61,99</b>	<b>291,93</b>		<b>7,47</b>	<b>8,02</b>	<b>80,5</b>	<b>386,54</b>
	<b>Всего:</b>		<b>41,64</b>	<b>46,315</b>	<b>197,19</b>	<b>1405,3</b>		<b>53,07</b>	<b>60,72</b>	<b>261,60</b>	<b>1 801,12</b>

Продукты не содержат ГМО