

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 09.02.2024 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
	<b>Завтрак</b>									
168	Каша геркулесовая молочная	150	4,99	8,525	16,98	149	200	6,66	11	22,64
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5
	<b>Итого:</b>		12,77	25,305	60,23	415,54		15,63	29,03	71,88
	<b>2-ой завтрак</b>									
338	Яблоко	100	0,8	5,5	4,3	67,1	100	0,8	5,5	4,3
	<b>Обед</b>									
100	Соленый огурец	50	0,63	5,04	3,88	63,4	60	0,76	6,2	4,02
35	Суп лапша на к/б	150	1,61	1,7	10,2	62,8	200	2,68	2,83	17,14
9	Жаркое по-домашнему с курами	150	7,23	10,12	10,15	158	200	9,64	13,49	13,53
241	Компот из с/ф	150	0,22	0,006	18,21	69,96	200	0,29	0,008	24,29
122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	30	2,28	0,24	14,76
123	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	50	3,3	0,6	16,7
	<b>Итого:</b>		13,22	12,466	61,76	407,36		18,19	17,168	86,42
	<b>"Уплотненный" полдник</b>									
320/55	Суфле из печени с соус и макаронами	80/100	18,29	12,54	6,46	261,23	90/110	20,41	12,25	20,97
87	Печенье	12	0,89	1,47	11,16	62,55	15	1,12	1,47	11,16
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7,00	28,50	200	0,20	0,10	9,30
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84
	<b>Итого:</b>		20,09	14,16	29,54	375,78		23,25	13,98	51,27
	<b>Всего:</b>		<b>46,88</b>	<b>57,431</b>	<b>155,83</b>	<b>1265,78</b>		<b>57,87</b>	<b>65,678</b>	<b>213,87</b>

Продукты не содержат ГМО



<b>Ккал</b>
187
122,87
179,52
489,39
67,1
68
104,7
210,74
93,28
70,5
87
634,22
291,57
62,55
38,00
47
439,12
<b>1629,83</b>