

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 О.С. Погосян

Меню на 9.12.2024 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 ячневая молочная	150	5,28	5,7	27,6	184,2	200	7,04	7,6	36,8	245,6
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	<b>Итого:</b>		<b>13,06</b>	<b>22,48</b>	<b>70,85</b>	<b>450,74</b>		<b>16,01</b>	<b>25,63</b>	<b>86,04</b>	<b>547,99</b>
<b>2-ой завтрак</b>											
338	Яблоко	100	0,8	5,5	4,3	67,1	100	0,8	5,5	4,3	67,1
<b>Обед</b>											
22	Огурец соленый	20	0,5	0	2,8	15,2	20	0,5	0	2,8	15,2
35	Суп Уральский на к/б.	150	2,12	3,06	7,81	70,95	200	3,56	5,12	14,17	117
161/85	Котлета из м\к с горохов.пюре	60/110	14,75	14,61	39,48	341,55	70/130	16,63	16,64	43,49	382,27
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>21,75</b>	<b>18,316</b>	<b>91,5</b>	<b>614,26</b>		<b>26,56</b>	<b>22,608</b>	<b>116,21</b>	<b>765,25</b>
<b>"Уплотненный" полдник</b>											
57	Суп гречневый молочный	150	4,5	6,98	16,3	144,5	200	7	10,4	25	222,4
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	0,2	0,1	9,3	38
469	Булочка с посыпкой	80	5,09	3,4	50,4	253	90	5,72	3,8	56,7	284,6
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	<b>Итого:</b>		<b>10,5</b>	<b>10,53</b>	<b>78,62</b>	<b>449,5</b>		<b>14,44</b>	<b>14,46</b>	<b>100,84</b>	<b>592</b>
	<b>Всего:</b>		<b>45,31</b>	<b>51,33</b>	<b>240,97</b>	<b>1 514,50</b>		<b>57,01</b>	<b>62,70</b>	<b>303,09</b>	<b>1 905,24</b>

Продукты не содержат ГМО