

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 10.07.2024 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
Завтрак											
91	Каша пшенная молочная	150	5,55	2,63	29,33	156	200	7,4	3,5	39,1	208
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, сыром	30/4	6,63	18,29	37,69	254,39	30/5	7,77	19,71	39,5	274,5
	Итого:		15,88	24,89	71,15	499,82		20,07	28,48	82,75	596,14
2-ой завтрак											
6	Лимонный напиток	100	0,07	0	4,19	16,04	120	0,1	0,01	5,24	21,319
Обед											
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
34	Свекольник на к/б со смет	150	1,31	2,64	7,25	169,47	200	1,74	3,52	9,67	192,62
255/321	Биточки из к/м с картоф.пюре	60/110	8,7	9,48	18,03	198,81	70/130	11,24	10,54	20,04	220,9
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
	Итого:		14,52	13,376	67,47	564,05		18,98	15,518	86,24	673,51
"Уплотненный" полдник											
212\354	Творожно-манная запеканка с смет.соусом	120/20	53,59	6,4	24,8	228,8	150/30	67	8	31	286
392	Чай с сахаром	150	0,09	0,022	4,03	16,67	200	0,11	0,027	4,037	16,814
132	Печенье	18	2,64	0,48	13,36	69,6	20	3,3	0,6	16,7	87
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		57,08	6,982	47,11	338,57		71,93	8,787	61,577	436,814
	Всего:		87,55	45,248	189,92	1418,48		111,08	52,795	235,807	1727,783

Продукты не содержат ГМО