

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 10.09.2024 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>                  |                        |             |               |                |                 |                       |              |              |               |                 |
| 43       | Суп пшеничный молочный          | 150                    | 4,8         | 6,166         | 16,863         | 142,526         | 200                   | 6,07         | 7,852        | 20,58         | 177,592         |
| 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                  | 30/4                   | 6,63        | 18,29         | 37,69          | 254,39          | 30/5                  | 7,77         | 19,71        | 39,50         | 274,50          |
|          | <b>Итого:</b>                   |                        | 15,13       | 28,426        | 58,683         | 486,346         |                       | 18,74        | 32,832       | 64,23         | 565,732         |
|          | <b>2-ой завтрак</b>             |                        |             |               |                |                 |                       |              |              |               |                 |
| 64       | Сок фруктовый                   | 100                    | 0,50        | 0,10          | 10,10          | 46,00           | 130                   | 0,65         | 0,13         | 13,13         | 59,80           |
|          | <b>Обед</b>                     |                        |             |               |                |                 |                       |              |              |               |                 |
| 22       | Огурец свежий                   | 20                     | 0,09        | 0,51          | 0,68           | 49,3            | 20                    | 0,13         | 0,61         | 0,78          | 59,21           |
| 35       | Суп лапша на к/б                | 150                    | 1,61        | 1,7           | 10,2           | 62,8            | 200                   | 2,68         | 2,83         | 17,14         | 104,7           |
| 9        | Овощное рагу с м\к              | 150                    | 7,23        | 10,12         | 10,15          | 158             | 200                   | 9,64         | 13,49        | 13,53         | 210,74          |
| 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>                   |                        | 13,22       | 12,466        | 61,76          | 407,36          |                       | 18,19        | 17,168       | 86,42         | 566,22          |
|          | <b>"Уплотненный" полдник</b>    |                        |             |               |                |                 |                       |              |              |               |                 |
| 175      | Тефтели рыбные в том\смет соусе | 80/60                  | 11,14       | 4,58          | 14,48          | 135,63          | 90/60                 | 13,79        | 5,19         | 17,23         | 170,88          |
| 51       | Икра кабачковая                 | 30                     | 0,36        | 1,4           | 2,31           | 23,4            | 30                    | 0,36         | 1,4          | 2,31          | 23,4            |
| 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                     | 0,76        | 0,08          | 4,92           | 23,5            | 20                    | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 47              |
|          | <b>Итого:</b>                   |                        | 14,95       | 6,555         | 43,4           | 255,46          |                       | 19,04        | 7,37         | 57,18         | 332,72          |
|          | <b>Всего:</b>                   |                        | <b>43,3</b> | <b>47,447</b> | <b>163,843</b> | <b>1149,166</b> |                       | <b>55,97</b> | <b>57,37</b> | <b>207,83</b> | <b>1 524,47</b> |

Продукты не содержат ГМО