

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 12.01.2024 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											
168	Каша ячневая молочная	150	4,99	8,525	16,98	149	200	6,66	11	22,64	187
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
Итого:			12,77	25,305	60,23	415,54		15,63	29,03	71,88	489,39
2-ой завтрак											
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
Обед											
100	Соленый огурец	50	0,63	5,04	3,88	63,4	60	0,76	6,2	4,02	68
35	Суп Уральский с туш.гов.	150	2,12	3,06	7,81	70,95	200	3,56	5,12	14,17	117
9	Овощное рагу с туш.гов.	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
Итого:			14,36	18,866	63,25	478,91		19,83	25,658	87,47	646,52
"Уплотненный" полдник											
320/55	Суфле рыбное с макаронами	80/100	18,29	12,54	6,46	261,23	90/110	20,41	12,25	20,97	291,57
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
Итого:			19,1	12,635	19,71	288,06		22	12,43	41,91	343,01
Всего:			46,23	56,806	143,19	1182,51		57,46	67,25	214,39	1 538,72

Продукты не содержат ГМО