

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 14.02.2024 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 | Ккал |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 93 | Каша Дружба молочная с мас и сах | 150 | 4,14 | 4,71 | 20 | 134,17 | 200 | 5,52 | 6,29 | 26,7 | 178,9 |
| 397 | Какао с молоком | 150 | 3,15 | 2,72 | 14 | 88,99 | 200 | 4,2 | 3,62 | 18,67 | 118,66 |
| 1 | Батон с маслом, сыром | 30/4 | 6,63 | 18,29 | 37,69 | 254,39 | 30/5 | 7,77 | 19,71 | 39,50 | 274,50 |
| | Итого: | | 13,92 | 25,72 | 71,69 | 477,55 | | 17,49 | 29,62 | 84,87 | 572,06 |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | | |
| 338 | Яблоко | 120 | 0,42 | 0 | 11,89 | 49,2 | 150 | 0,52 | 0 | 14,8 | 61,5 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 22 | Салат из сол огурца и лука и зел.горош. | 10 | 0,13 | 0,61 | 0,78 | 9,21 | 10 | 0,13 | 0,61 | 0,78 | 9,21 |
| 67 | Щи на г/б со смет | 150 | 1,04 | 2,93 | 5,09 | 35 | 200 | 1,74 | 4,88 | 9,21 | 85 |
| 320 | Суфле из к/г | 60 | 5,92 | 6,24 | 1,1 | 153 | 70 | 8,5 | 10,52 | 2,2 | 196,7 |
| 321 | Картофельное пюре | 100 | 2,04 | 3,2 | 13,62 | 92 | 130 | 2,65 | 4,16 | 17,7 | 119,6 |
| 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: | | 13,51 | 13,626 | 62 | 475,77 | | 18,89 | 21,018 | 85,64 | 661,29 |
| "Уплотненный" полдник | | | | | | | | | | | |
| 212 | Творожно-маннй пудинг с джемом | 120/30 | 17,47 | 23,1 | 37,26 | 439,57 | 150/30 | 20,97 | 27,73 | 44,72 | 527,49 |
| 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 |
| | Итого: | | 20,92 | 23,68 | 63,87 | 536,00 | | 25,86 | 28,51 | 82,36 | 578,93 |
| | Всего: | | 48,77 | 63,02 | 209,45 | 1 538,52 | | 62,76 | 79,15 | 267,67 | 1 873,78 |

Продукты не содержат ГМО