

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 14.03.2024 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 геркулесовая 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											
885	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,44	200	1,36	0	29,02	121,52
Обед											
76	Рассольник на к/б со сметаной	150	2,7	3,9	12,93	97,65	200	3,6	5,2	17,24	130,2
336	Капуста тушеная с курами	150	3,98	7,42	18,98	158	200	5,3	9,89	25,3	210,7
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:		11,06	11,966	73,32	442,21		14,77	15,938	98,29	591,68
"Уплотненный" полдник											
215	Омлет	150	13,52	18,77	3,36	234,38	200	18,02	25,02	4,48	312,5
362	Пирожок с картошкой	90	5,85	3,60	32,31	187,20	100	6,5	4	35,9	208
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:		20,18	22,465	48,92	448,41		26,11	29,2	61,32	571,94
	Всего:		44,01	59,736	182,47	1306,16		56,51	74,168	231,49	1774,53

Продукты не содержат ГМО