

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 14.06.2024 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
	Завтрак									
91	Каша пшенная молочная	150	5,55	2,63	29,33	156	200	7,4	3,5	39,1
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5
	Итого:		13,33	19,41	72,58	422,54		16,37	21,53	88,34
	2-ой завтрак									
64	Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,66	120	0,6	0	12,1
	Обед									
35	Суп лапша на к/б	150	1,61	1,7	10,2	62,8	200	2,68	2,83	17,14
9	Овощное рагу с курами	150	7,23	10,12	10,15	158	200	9,64	13,49	13,53
394	Компот из с/ф	150	0,133	0	11,74	47,49	180	0,152	0	16,27
122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	30	2,28	0,24	14,76
123	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	50	3,3	0,6	16,7
	Итого:		13,133	12,46	55,29	384,89		18,052	17,16	78,4
	"Уплотненный" полдник									
224	Творожно-манный пудинг с джемом	130\20	19,44	13,5	34,47	346,7	150\25	24,67	16,03	39,47
87	Печенье	15	1,82	4,18	18,69	102,4	20	2,43	5,58	24,93
392	Чай с сахаром	150	0,09	0,02	4,03	16,67	200	0,11	0,03	4,04
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84
	Итого:		22,11	17,782	62,11	489,27		28,73	21,797	78,277
	Всего:		49,073	49,652	200,08	1339,36		63,752	60,487	257,117

Продукты не содержат ГМО

Ккал
208
122,87
179,52
510,39
51,19
104,7
210,74
65,68
70,5
87
538,62
405,23
136,5
16,81
47
605,544
1705,744