

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 15.03.2024 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
<b>Завтрак</b>											
168	Каша манная молочная с масл и сах	150	3,96	22,94	22,94	141	200	4,52	4,07	30,57	177
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
<b>Итого:</b>			<b>11,74</b>	<b>39,72</b>	<b>66,19</b>	<b>407,54</b>		<b>13,49</b>	<b>22,1</b>	<b>79,81</b>	<b>479,39</b>
<b>2-ой завтрак</b>											
	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8	61,5
<b>Обед</b>											
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
57	Борщ на к/б со сметаной	150	1,09	2,94	7,64	61,5	200	1,45	3,92	10,19	82
26/85	Гуляш из мяса кур с макаронами	70/110	10,05	8,55	2,72	129,93	80/120	11,72	9,97	3,17	151,58
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>			<b>15,65</b>	<b>12,746</b>	<b>52,55</b>	<b>387,2</b>		<b>19,17</b>	<b>15,348</b>	<b>69,89</b>	<b>493,57</b>
<b>"Уплотненный" полдник</b>											
172/51	Котлеты рыбные с картоф.пюре	80/80	11,14	4,58	14,48	175,63	90/100	13,79	5,19	17,23	190,88
51	Икра кабачковая	30	0,36	1,4	2,31	23,4	30	0,36	1,4	2,31	23,4
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	63,33	200	0,07	0,02	11,1	94,44
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
<b>Итого:</b>			<b>12,31</b>	<b>6,075</b>	<b>30,04</b>	<b>285,86</b>		<b>15,74</b>	<b>6,77</b>	<b>40,48</b>	<b>355,72</b>
<b>Всего:</b>			<b>40,12</b>	<b>58,541</b>	<b>160,67</b>	<b>1129,8</b>		<b>48,92</b>	<b>44,218</b>	<b>204,98</b>	<b>1595,16</b>

Продукты не содержат ГМО