

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 16.05.2024 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
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	6,63	18,29	37,69	254,39	30/5	7,77	19,71	39,5	274,5
	Итого:		13,92	25,49	73,25	480,71		17,49	29,32	86,94	576,27
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,50	-	10,10	42,66	120	0,60	-	12,10	51,19
	Обед										
21	Салат из сол огурца и лука с зел горош	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
30	Плов рисовый с м/к	150	9,4	9,37	26,02	222,6	200	12,53	12,49	34,69	296,8
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:		15	13,566	75,85	479,87		19,98	17,868	101,41	638,79
	"Уплотненный" полдник										
215	Омлет	85	7,52	13,46	1,57	157	105	9,28	18,03	1,86	193
392	Чай с сахаром	150	0,09	0,022	4,03	16,67	200	0,11	0,027	4,037	16,814
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
49	Булочка с повидлом	80	3,89	7,2	44,8	234	90	5,99	9,1	55,1	302
	Итого:		12,26	20,762	55,32	431,17		16,9	27,317	70,837	558,814
	Всего:		41,68	59,818	214,52	1434,41		54,97	74,505	271,287	1 825,06

Продукты не содержат ГМО